

Жизнь едина и целостна, и ни один ее элемент не может претендовать на отдельность. Так и биодинамика – это только часть единой жизни, растапливающая Космос, природу, землю с ее обитателями и человека в их взаимосвязи.

ЖИВАЯ ЗЕМЛЯ

Информация не имеет срока давности и открыта для распространения

В НОМЕРЕ:

Новое

...Событие, перевернувшее жизнь (стр. 3-5).

Биодинамическая практика

...БД препараты как органы чувств (стр. 6);

...Что знают о крапиве за рубежом? (стр. 7);

...Болеют ли растения? (стр. 8-10);

...«Растения как образы душевного мира» (стр. 11-13);

...Ответы на вопросы (стр. 7);

...Письма в редакцию (стр. 13-14).

Кедры шумят

...Совсем маленькие зарисовки по результатам 2007 года (стр. 15);

...Чай и чайный напиток (стр. 16);

...Целебное сбалансированное питание (стр. 17);

...Ритмический опыт с розой (стр. 18);

...В поисках истины (стр. 19);

А также

...Образы Новой России (стр. 20-21);

...Образ и цель клуба «Гармония» (стр. 21).

...Место старой груши. Книга 1, часть 3. Детство (стр. 23-28).

Дорогие читатели! Поздравляем Вас с тем, что Вы всё-таки держите в руках этот летний номер газеты «Живая Земля»! И просим прощения у подписчиков, к которым газета пришла позже. Просто события этой весны вынудили нас отложить все важные и необходимые дела и броситься на защиту нашего поместья от бушующих со всех сторон пожаров. Ровно три недели в мае, в самый разгар посевной, мы днями и/или ночами пытались спасти хотя бы немного леса

Одна – неизвестно, а вот если нас будет много, если наши мысли сольются в единую большую и сильную, вот тогда уже посмотрим, кто кого! И, действительно, опыт в этом направлении у нас был и довольно удачный. Зная об опытах Масару Эмото, Виктора Шаубергера и других великих людей с водой, мы в очередной раз решили использовать её способность записывать и переносить информацию.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 2.

Дождик, дождик, пице!

и поля, но нам удалось лишь только отстоять тот кусочек пространства, в котором мы живём.

Брошенный окурок сигареты, стеклянная бутылка или намеренное жжение травы – все эти причины известны каждому. Однако, живя в городе, где зеленеет травка, желтеют одуванчики и красиво цветут деревья, сложно представить, что могут быть другие места, в которых вследствие необдуманных шагов человека стоят обугленные берёзы, догорают и падают могучие лиственницы, и, вместо подснежников и других первоцветов, вместо причудливого пения птичек, руины, развалины, всё черно и пусто.

Глядя на эту безрадостную картину, невольно задаёшься вопросом: а что я, такой маленький и слабый человек, могу сделать? Ведь на самом-то деле я не так уж и мал и слаб, у меня есть самое сильное орудие на Земле – это моя человеческая мысль. Но справится ли моя мысль с такой страшной и неуправляемой стихией огня?..



Дождик, дождик, пище!

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 1

В кругу друзей налили чашу чистой родниковой воды, поставили её в центр, а сами тем временем стали создавать образ. Образ был прост: мы представляли, как эта вода, которая имеет связь со всей водой на Земле, конденсируется и притягивает дожди из тех мест, где их избыток (ливни, наводнения). Таким образом она приносит осадки к нам. Дождь проходит, и все горячие места затухают. Очищается воздух и свободно вздыхает лес. Пробивается от влаги трава, прорастают цветы. И жизнь вновь поселяется во всех сгоревших когда-то местах.

Потом эту чашу с водой передали по кругу, каждый ещё усилил образ своим словом или мыслью, отпил из неё, а остальное мы увезли к себе в поместье. Надо сказать, что время у нас там как раз было критическое – с одной стороны пожар подошёл вплотную и прошёлся по нашему саду, его остановили, но теперь он подбирается с другой. К тому же обещанный Гидрометцентром дождь прошёл только в Иркутске, а в нашем

поместье как было сухо, так и осталось.

Вечером, когда солнце село, мы налили этой воды в опрыскиватель, обошли три раза вокруг дома по часовой стрелке и опрыскали пространство, проговаривая вслух созданный с друзьями образ. Легли спать, и что же? Утром часов в пять налетел ветер и принёс хороший проливной дождь, который продолжался несколько часов и какого уже долгое время не было в просторах нашего поместья. Вот она, сила мысли и желания помочь!

Был ещё один шаг, который был осуществлён в завершении эпопеи с огнём. В связи с тем, что пострадал наш сад, прозвучало предложение приехать к нам в поместье и привезти с собой различные саженцы, чтобы посадить их и дать жизнь новому. Это ещё было хорошим продолжением другого образа, насчёт курения, но о нём мы поговорим в другой раз.

Итак, а воскресный холодный денёк мы встречали машины с друзьями и саженцами. С радостью и любовью был

заложен сад, а когда всё было закончено, пошёл хороший дождик, поливая молодые деревья и остатки пожаров. Осталось ощущение, что мы не просто посадили саженцы, а сделали что-то более глобальное и значимое для ситуации. Так оно и получилось.

А что же делать с теми страдальцами-деревьями в саду, которые не удалось уберечь от огня? Мы выяснили, что с ними нужно дополнительно поработать биодинамически. Сначала опрыскать препаратом из валерианы (одна капля на литр, 15 минут динамизировать) для образования дополнительных побегов и цветения, а потом фляденпрепаратом по земле и веткам для гармонизации пространства и более быстрого оживления земли и самих растений.

Что сказать в заключении? Времена ускоряются, и «очистительному огню» этой весной подверглось большое количество лесов, полей, дач... Но именно поэтому мы обратили своё внимание на этот знак. Так Земля нам показывает, что эта задача сейчас первостепенна, и именно ей следует уделить время. Но об этом – в следующем раз.

Ульяна Тужилина,
редактор газеты «Живая Земля»

МЕСТНЫЕ ПРОДВИЖЕНИЯ

Новости и товары

Павильон экологически чистых товаров в Иркутске существует уже более четырёх месяцев, и за это время ассортимент продукции растёт и изменяется. Что-то, не оправдавшее ожиданий в качестве, покидает прилавок, что-то приходит новое, что-то мы ещё ищем. В результате удалось составить приблизительный перечень имеющихся в павильоне товаров, который вашему вниманию и предлагаем:

1) **Натуральная экологически чистая косметика** фирмы Weleda (Швейцария), Аюрведа (Индия), Энергия звёзд (Иркутск). Примерный перечень: крема для разных типов кожи, тоники, масла, маски для лица, зубной порошок, зубная паста, мыло натуральное ручной работы, шампуни (дорогие, но хорошие), серия для детей, для будущих и молодых мам и т. д.

2) Кое-что из **продуктов питания**: фиточаи, разные виды муки (ржаная, овсяная, гречневая, кукурузная, черемуховая, рябина, калина), грибы сушёные (белые, лисички), папоротник сушёный, ядро кедрового ореха в меду, чай чёрный с травами в тусеске, травы (лист брусники, смородины и мн. др.), травы и приправы в тусесках, перга, прополис, закваски от В. Тюменцева и др.

3) **Напитки** местного производства: тонизирующие сиропы, ягодные сиропы, соки на-

туральные (берёзовый, клюквенно-берёзовый, бруснично-берёзовый, чернично-берёзовый), напитки тонизирующие и др.

4) [На подходе] **Кедровая продукция** от ООО «Мегра» и других производителей: масло кедровое высокого качества, кедровый жмых (мучка), эфирные масла кедра, живица кедровая, жевательная резинка из живицы и др.

5) **Изделия ручной работы**: глина (горшочки, зверюшки), береста (тески, хлебницы), дерево (лопатки, палочки, ложки, пиалы, доски разделочные), солома (цветы), ива (баки, корзины, абажуры, кашпо, конфетницы, фруктошницы) и т. д. [На подходе]: **глиняная посуда** для приготовления пищи.

6) Своеобразная **литература** по биодинамическому и органическому земледелию, питанию, по детям, по антропософии, по вальдорфской педагогике и др., книги В. Новикова, газета «Родовая Земля», газета «Живая Земля».

7) Всё для экологического (биодинамического и органического) **земледелия**: препараты, семена, травы, инструменты и т. п.

8) **Подушки** из кедровой шелухи, улучшающие сон и успокаивающие. Очень приятно пахнут.

9) **Украшения**: бусы из кедровых орешек, ракушек, из различного дерева – все уникальные и неповторимые; обереги из бересты, браслеты и т. п.

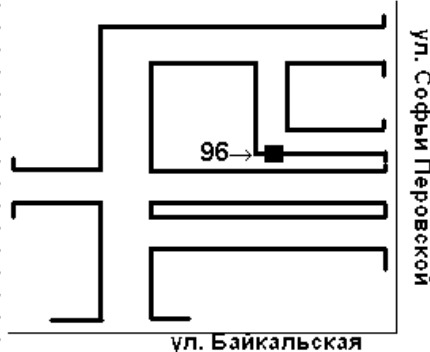
10) Некоторые **тканые вещи** – юбка, жилет, шарфы, дорожки.

11) **Вязаные вещи** из шерсти: шарф, носки; вязаные крючком льняные салфетки, летние шапочки, сшитые сумки.

12) **Игрушки** для детского развития из натуральных материалов (валенной шерсти, дерева, глины, тканей), настольная игра «Родовые поместья».

13) Средства **личной гигиены** фирмы Natracare (Европа). Это прокладки, тампоны, салфетки, подгузники и др. Все они сделаны из натурального хлопка, так что они не вызывают аллергии и неудобств, не засоряют природу (разлагаются на 95%).

РЫНОК "РУСИНОВСКИЙ"



СОБЫТИЕ, ПЕРЕВЕРНУВШЕЕ ЖИЗНЬ

По итогам семинара с группой Центра Гармонии «Радуга» из г. Мурманск

Не сказал бы, что мне нечего читать и что обделён хорошей литературой. В последние годы мы, как и многие наши граждане, находились в «поиске» – так называется теперь чтение самой разнообразной, чаще всего эзотерической и психологической литературы. Что человек «ищет»? О других не знаю, а мы ищем смысл жизни, изучаем истоки возникновения человека и человечества и своё предназначение на Земле, предназначение того или иного народа, скрытую историю человечества и своего народа, пути и методы осознания и развития в себе духовного начала. Для этого мы постепенно переходим в «самообразовании» от одного автора или школы к другому. Временами мы остаёмся на время, чтобы не просто осмыслить, но и попробовать на себе те методы, что предлагаются авторами. Это могут быть упражнения, направленные на развитие физических органов чувств, с тем, чтобы они стали тонко чувствовать, на развитие интуиции или на открытие «третьего глаза». Это могут быть медитации на конкретных явлениях и предметах, т. е. долгие размышления по поводу этих предметов, которые, в конце концов, могут приводить к правильному пониманию внутренней сути этих вещей и явлений. Это может быть создание новых моделей поведения в той или иной ситуации, направленных на совершенствование своих взаимоотношений с окружающим миром. Это могут быть аффирмации, молитвы или мантры, исцеляющие организм и его части, помогающие душе в суете будней. Это может быть самокопание в прошедших событиях жизни, которые оставили заметный след в виде заболеваний или неприятных воспоминаний. Это может быть развитие контроля над словами, действиями и мыслями, чтобы изменить себя к лучшему. Это может быть и работа с маятником по вышперечисленным позициям. Всё это можно найти в соответствующих книгах или в Интернете.

У всех процесс идёт по-разному, в зависимости от источника, который больше всего пришёлся по нраву. Нам помогала двигаться биодинамика и некоторые работы Р. Штайнера, которые созвучны нашим взглядам на природу, её стихии, обитателей живого и тонкого миров. На первых порах это казалось сложным и непонятным, однако со временем мы нахо-

дили много такого, что открывало глаза на скрытые явления в «дикой» природе и в саду-огороде. Из всего разнообразия прочитанных учений и методов работы мы задержались только на биодинамическом, природном понимании мира, и на идеях, высказанных Анастасией в книге В. Мерге серии «Звенящие кедры России». Эти два направления между собой очень сходны по многим аспектам, что я подробно рассматривал в своей книге «Питание почвы, растений, человека». Идея Анастасии о гектаре Пространства Любви гармонично привела нас к отказу от фермерского направления и переходу к формированию своего родового поместья. Чувствуя и пытаясь понимать пространство, которое нас окружает, мы открывали много общего в себе и в пространстве и учились понимать мир таким, каков он есть на самом деле, а не как его нам пытались навязать режиссёры СМИ из Москвы, Парижа или Вашингтона. Постепенно, по мере осознания того, что в мире и в Природе действуют совсем другие законы – не законы конкуренции и права сильного на приоритетное «место под солнцем», а законы добрососедства и взаимопомощи, симбиоза и любви – мы учились практически взаимодействовать с земными царствами и космическими силами, учитывать их в своей работе и жизни. Мы учились у Природы и с успехом начинали применять методы формирования намерения и сотворения своей жизни, чтобы меньше зависеть от усиливающегося давления материального мира.

Два года назад мы подошли к понятию Новых времён для себя и сформулировали его год назад для всех в летнем номере «Живой Земли». Опыт применения на практике оказался очень успешным. Пошли такие события, которых раньше иначе, как чудесами, нельзя было назвать, об этом мы писали в прошлом номере «ЖЗ». Этими событиями наш Мир благодарил нас. И он же представлял нам помощь в виде новых друзей, новых идей, новых открытий в мире материальном, новых откровений в мире биодинамического направления. Это могло происходить и происходило при одном условии – ко-

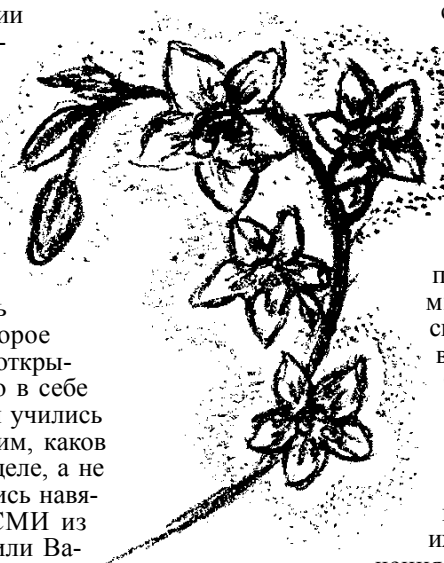
гда мы следовали основному принципу, предложенному ещё Р. Штайнером, который звучит примерно так: «Чтобы сделать один шаг вперёд на пути познания тайных истин, надо сделать одновременно три шага в совершенствовании своего характера на пути к добру». Одним из таких открытий для нас, вполне закономерным, если смотреть шире, явился семинар с группой Владимира Новикова из Мурманского Центра Гармонии «Радуга» по раскрытию способностей Человека-Творца.

Книги В. Новикова «Конец промежутка времени тёмных сил» и «Наука образности» мы изучали ещё раньше, но не всё было понятно и не со всем мы были согласны в силу бытовавших у нас в то время взглядов. Однако мы с друзьями откликнулись на сообщение от Владимира и ребят Центра Гармонии «Радуга» о том, что можно их приглашать для обучения чувствуванию био-

энергии, и договорились о приезде группы. Как всё будет происходить, мы представляли смутно, хотя знали, что процесс осознания человеком себя чистого, истинного – такого, каким хотел видеть нас Отец, – происходит в кругу друзей, направляющих свою любовь на тебя.

Центр Гармонии «Радуга» работает уже 11 лет и имеет множество своих практических наработок, в том числе для раскрытия в человеке способностей. Два дня у нас проходили в виде просто беседы, интересной, увлекательной беседы обо всём, что волнует нас в жизни. Владимир и его друзья рассказывали о своём опыте и понимании мира, который открывается с другой, истинной стороны и который можно преобразовывать и совершенствовать собой, находясь в прямом контакте с Творцом; о практике своей работы с людьми и по преобразованию негативных образов, заложенных Системой, в которой мы все живём. Беседа перемежалась светлыми песнями под гитару, ответами на вопросы и комментариями. Как оказалось, это необходимый этап подготовки к практическим занятиям, в это время идёт считывание информации с полей наших гостей на поля слушателей.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 4



СОБЫТИЕ, ПЕРЕВЕРНУВШЕЕ ЖИЗНЬ

ПРОДОЛЖЕНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 3

Почему необходимо считывание, я понял позже. Наши друзья-учителя находились в таком состоянии, когда у них работали все 7 энергетических центров (чакры, чары или чаши по другим источникам), были чисты энергетические каналы и меридианы. А мы и многие наши друзья пришли на встречу со своими тянущимися из прошлого ошибками, проблемами, давлением бытовых и социальных условий, со своим багажом, грузом знаний и сомнениями к тому, что не укладывалось в выстроенные в голове понятия, т. е. у нас работали не все энергетические центры. У кого-то могли быть открыты 2–3 центра (на уровне инстинктов: поесть, поспать, заработать денег и т. д.), у кого-то 4–5 (на уровне любви к природе, её живым творениям и доброму общению с другими людьми), а у кого-то – 6 (на уровне понимания истинных законов мироздания, законов Вселенной и учёта их в своей жизни, понимания своего истинного предназначения). Чтобы мы могли понимать друг друга и научиться слышать и чувствовать Творца, нам надо было подняться до раскрытия всех семи энергетических центров, что происходило при считывании информации с полевых структур гостей на наши во время общения. Однако среди нас находились и особо чувствительные натуры, раскрытие способностей которых произошло уже в ходе теоретической подготовки.

Многое услышанное нами воспринималось как откровения, переворачивающие сознание. Например, мы и раньше знали и понимали силу выказанного слова. Здесь же возникло понимание, что любое высказывание – это, по сути, программа, которую мы закладываем для себя на будущее. А если это высказывание несло негативный оттенок? Значит, мы программировали себя на неудачи, болезни, определённые конфликтные ситуации! А если оно было направлено в адрес другого человека? Значит, сформулированные пожелания другому мы направляли на себя в будущем! Не являлось ли это одной из причин, почему мы все находились к моменту семинара в *таком* мире? После этого стала более понятна вторая книга Владимира о том, как важно в каждом произносимом слове знать и понимать образ, который это слово несёт. Например, ПИВО – Противное И Воинское, ВОДКА – Вот Дрянь Какая, а ДРУГ – Дающий Радость Узнать Гармонию, ЛЮБОВЬ – Любому Богом Открытая Вечность. А как же быть теперь с негативными высказываниями, чтобы не про-

граммировать себя? Не произносить их вовсе не всегда получается, ведь без них мир пока не мог существовать, он ещё – дипольный, черно-белый. Ребята из Мурманска предложили такой вариант: мы можем об этом говорить, но уже в прошедшем времени. Например, если раньше кто-то говорил обычно: «Ну, ты как всегда, наговоришь гадостей, и всем станет плохо от этого!» – то теперь эту фразу можно сказать так: «Вот раньше, когда ты говорил гадости...». А ещё лучше такие фразы и не вспоминать даже, потому что каждая фраза несёт в себе энергию, и если мы произносим её часто, то мы её подкрепляем своей мыслительной энергией. Владимир часто повторял пословицу, что если человека 100 раз назвать свиньёй, то на 101-й он обязательно захрюкает! Сами понимаете, что лучше называть человека более приятными словами, чтобы не услышать от него «хрюканья».

Наконец настали дни, посвящённые практическим занятиям. В эти дни меня не покидало особое состояние, как я для себя определил – «состояние лёгкой влюблённости», однако, покопавшись в себе, я не обнаружил конкретного источника влюблённости. Было ощущение, что я люблю весь мир, всех его представителей и в лице наших гостей, и в каждом из наших друзей-семинаристов, порой даже мало знакомых. Опустим подробности процедуры очищения и повышения чувствительности семинаристов и обратимся к последнему дню, когда началась самая интересная с точки зрения биодинамики часть семинара – мы учились чувствовать руками поля живых творений. Открыть этот дар в себе мы смогли именно благодаря практическим процедурам, проходя через круг друзей. Короче, все принесли с собой разные плоды, семена, а также поставили цветы в горшках и начали определять границы их биополей. Удивительное дело – я действительно почувствовал живое тепло, исходящее от цветка, границы которого *правильно* определила моя рука! Правильно, потому что рядом сидела строгий экзаменатор Юля и контролировала своей рукой, так ли мы точны в своих ощущениях. Это были непередаваемые чувства! Отец помог раскрыть этот дар, чтобы быть в состоянии дальше нести его, помогая другим людям исцелиться, проснуться, встряхнуться, почувствовать, что такое истинная Любовь Его!

Это действительно явилось событием, перевернувшим жизнь. Позже, после семинара, я анализировал, с чем можно сравнить такое эпохальное для

нашей жизни событие, и наткнулся на весьма любопытные факты. Обнаружился 12-летний цикл событий, кардинально меняющих нашу жизнь, причем они идут практически с детства. А 12 лет астрономически – это полный оборот Юпитера по Зодиаку. Во всяком случае, именно 12 лет назад, в 1996 году, также весной, при Юпитере в Стрельце, мы попали на лекцию Бернарда Хака по биодинамике, впервые узнав о ней, и повернувшей нашу тогдашнюю фермерскую жизнь в новое русло и изменившей многие взгляды на мироздание.

Возвращаясь к семинару, добавлю, что все, кто присутствовал там, воочию убедились в том, что биодинамические овощи (которые мы взяли с собой) имеют энергию намного выше, чем яблоки из магазина. Будучи уже у себя в поместье и измеряя всё подряд, мы обратили внимание, что и пища, приготовленная из биодинамических продуктов, например, салат из моркови с луком или чесноком, также имеет высокий энергетический уровень, позволяющий поддерживать открытыми все 7 энергетических центров. А границы поля купленных кондитерских изделий были просто мизерны, и сразу пропадало желание их откусать. Однако если посидеть рядом и посмотреть на них с любовью, то постепенно поле увеличивалось. Вот вам и реальное подтверждение тому, как, в каком настроении, в каком состоянии надо готовить и принимать пищу: с любовью приготовленная и принятая, она донесёт до вашего организма свой высокий жизненный потенциал, поднимет вас на высокий уровень.

Состояние, в котором мы находились после семинара, сразу же отражалось на всём окружении нашем, с которым мы находились в контакте. Первым отреагировало наше пространство, которому, конечно же, мы дарили свою любовь сразу по приезду домой. И оно отблагодарило нас, сделав поистине царский подарок: возле ключа, где мы берём воду для питья, я неожиданно обнаружил растущим большой кедр возрастом около 100 лет! За 16 лет казалось, что мы всё уже обследовали в окрестностях, нам было известно, что кедров здесь отродясь не было, и вот он – кедр, большой кедр, не подрост, а взрослое дерево, и обнаружили его только теперь, когда вышли на прямой контакт с Творцом, как будто кедр появился здесь только что! Это ли не чудо!

СОБЫТИЕ, ПЕРЕВЕРНУВШЕЕ ЖИЗНЬ

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 3-4

Понимание, что произошло значительное событие, не покидает меня и по сей день. Когда раньше мне приходилось читать в Интернете сообщения биодинамических практиков из разных стран мира, я поражаюсь, как много среди них тех, кто может почувствовать тонкие энергии сада-огорода, общаться с элементарными существами, связанными с почвой, растениями, водой, воздухом, получать информацию по преобразению сада из информационного поля Земли. Многие приходили к этому сами через осознанное, с любовью отношение к земле и творениям живого мира и внутренней работой прочищали свои «каналы», повышая чувствительность и восприимчивость. Не сомневался, что когда-нибудь и мы вместе с нашими друзьями и коллегами-биодинамиками из тех, кто также глубоко проникся, сможем научиться чувствовать.

За время работы нашего биодинамического клуба «Гармония» я заметил, что осознанное восприятие знаний биодинамики и практическое их применение являются хорошими «тренажёрами» по переходу человека к состоянию безусловной Любви (любви ко всем творениям, ко всем людям). По сути, занятия классической биодинамикой поднимает человека до открытия в нем шести энергетических центров, способствуя пониманию истинных законов Вселенной и своего места в ней. Учитывая эти законы, следуя им, мы можем оживлять Землю и восстанавливать природу, приводя всё к тому порядку, который был задуман Творцом как основа для нашего суще-

ствования и дальнейшего творческого развития. Если сразу человек захочет дарить любовь растениям, почве, насекомым, микроорганизмам и т. п., не имея или не развив её в себе в достатке, он не увидит конкретных результатов в этих творениях. Поясню.

Например, человек любит природу, и, выезжая с семьёй или друзьями отдохнуть за город, берёт с собой магнитофон, водочку, шашлыки, разводит костёр, матерится, оставляет после себя мусор и т. п. Растения в его саду не будут чувствовать любви к себе и не будут стараться одаривать гармоничной формой, красивым цветением и обильными плодами высокого качества, т. к. это не любовь – это театр. Но если тот же человек начнёт при размешивании БД препарата сознательно думать светлыми образами о растениях, посылая любовь и представляя, как у него будет в результате оживать земля, а потом также в хорошем состоянии духа опрыскает сад-огород, - то отдача немедленно проявится в повышении жизненности растений, вкусе плодов, высокой сохранности на зиму и т. д. Так, постепенно приучая себя к развитию в душе истинной любви к Природе, любви, основанной не на получении удовольствия для себя, не той любви, которая берёт, а той, которая даёт, человек будет приносить своё трепетное отношение к Природе всюду, где бы ни находился. В этом случае он становится готов к открытию у себя седьмого энергетического центра. Переходя же к работе при открытом седьмом энергетическом центре, мы способны пре-

ображать себя, Природу и Вселенную в соответствии с Божественной мечтой, мы готовы творить так же, как это делает наш Отец, вместе с Ним. Вероятно, ритмические продукты – это уже работа на 7-м энергетическом центре, так как происходит творческое создание продуктов нового уровня, преображённых светлой энергией Любви того, кто их готовит, что отражается в их качествах, невозможных с точки зрения обычной логики.

Надо понимать, что открывшееся умение чувствовать – это не просто дар, это и определённого рода повышение меры ответственности за всё, что исходит от меня. Насколько больше я вижу и чувствую, настолько больше с меня и спрос, настолько более тщательно мне нужно подходить к решению самых разных – и жизненных, и биодинамических – задач. В то же время этот дар – расширение возможностей в области биодинамической работы с Природой. Мне думается, что по мере развития умения чувствовать моего и моих друзей, побывавших в круге Любви, мы сможем также передавать этот дар желающим развиваться и познавать мир дальше биодинамическим практикам. Потому что ещё во время семинара мы организовали Круг Друзей, желающих учиться жить с любовью, творить с мечтой и дальше совершенствовать свои открывшиеся способности, неся в этот мир свет и радость, улыбку и веру в себя и в преображённое человечество!

Сергей Тужилин

Внимание, подписка-2008!

Все условия для 2008 года остаются прежними!

Дорогие читатели!

В 2008 году подписка на газету «Живая Земля» продолжается. Как и в предыдущие разы, она будет проводиться непосредственно через редакцию (условия на обратной стороне купона). Стоимость подписки указана для граждан России; читателям из других государств следует обратиться заранее, чтобы мы могли просчитать сумму за пересылку. Оплатив перевод, Вы получаете в течение года четыре номера газеты «Живая Земля», начиная с весеннего (мартовского). Чтобы сократить почтовые расходы, мы предлагаем вариант, когда вы подписываетесь на 3, 5, 10 или 20 экземпляров (себестоимость одной газеты в таком случае уменьшается).

Если Вы желаете подписаться на 2008 год, заполните и вырежьте купон, вышлите почтовым переводом подходящую сумму по адресу 664017 г. Иркутск, а/я 215 Тужилиной Ульяне Сергеевне (если сумма превышает 1000 руб., то можно перечислять деньги через банк (см. стр. 21), но для этого необходимо сообщить нам о перечислении), затем по этому же адресу отправьте купон вместе с квитанцией об оплате. Те, кто уже подписывался на газету «Живая Земля» в 2007 году, могут купон и квитанцию не отправлять (если не сменилось имя или адрес), а выслать только нужную сумму; тогда в графе электронного перевода «Сообщение» следует указать количество экземпляров и способ доставки.

Купоны и переводы принимаются в течение всего 2008 года.

Внимание! Если по каким-либо причинам Вы не получили очередной номер газеты (особенно это может случиться в регионах, где трудности с почтой и отправка идёт простым письмом), обязательно сообщайте нам.

БД ПРЕПАРАТЫ КАК ОРГАНЫ ЧУВСТВ

Приготовление БД препаратов для опрыскивания является химией жизни. Поэтапно это выглядит следующим образом.

Шаг 1: мы объединяем определённые элементы, которые полярно противоположны друг другу, т. е. коровий рог и коровий навоз.

Шаг 2: подчиняем эти субстанции полярности сезонов – летним и зимним силам природы.

Шаг 3: требуется безусловное обязательство построить наши личные взаимосвязи при размешивании, т. е. только в случае личного участия, создания тёплого, дружеского отношения, отношения радости и любви, действие препарата в воде может быть усилено.

* Дождевая вода размешивается для построения водоворота вправо и затем влево, создавая полярность в пространстве (центр и периферия) и времени (скорость вращения воды); в этой напряжённости между двумя полярностями есть средняя часть, где встречается интенсивность прежнего состояния и состояние нового развития.

* Через нашу волю мы ускоряем вонку до предела и затем поворачиваем вращение в обратном направлении. Чем быстрее мы размешиваем, тем больше становится внутри нас осознанного мышления, которое отъединяется от воли. «Здесь, в этом напряжении, наше чувствование расширяется между усвоенным мышлением и воплощённой волей. Но это чувствование является выражением высшей объективности и показывается как присутствие духа. Созерцая себя, вы понимаете, что не можете вспомнить ни чувствование из прошлого, не можете по-

чувствовать будущее как будущее. Вы можете только чувствовать настоящее. Мышление связано с прошлым. Воля направляется в будущее. Чувство является элементом настоящего... Посредством этого присутствия духа, мы чувствуем «изнутри» реальность фермы как таковой».

Шаг 4: размешиванием мы трансформируем твёрдое вещество препарата в растворённую форму расширением и сокращением. Затем, когда мы применяем опрыскивание, раствор переходит в воздушное состояние, и мы приводим эту смесь твёрдого вещества, водного раствора и воздуха «через посредство теплового элемента в эфирную реальность, сквозь границу пространства и времени».

Шаг 5: каждый раз, когда растение сформирует свои цветы и семена, цвет, форму и аромат, физическая форма растения вновь и вновь отмирает и вместе с ней все космические идеи, которые материализовались в форме, исчезают.

* В цвете и форме растения мы получаем эти космические идеи как внешнее проявление и производим мысли, которые происходят в такой же реальности, как эти космические идеи. Жизненные процессы, в результате которых растение имеет возможность расти и развиваться, имеются также и внутри нас, и когда они утихают в нашем сознании, они показывают свою внутреннюю сущность.

* Эти формирующие идеи освобождаются растениями (и нами) в эфирном мире, где работают элементарные существа (морфические поля). Эlemen-

тарии зависят от степени моральности человеческих существ и духовных иерархий (т. е. архангелов). Когда мы проявляем наше желание в работе, мы воздействуем на их царство.



Капли нашего препарата являются удобрениями

для элементарных существ. Они дают им новое руководство для участия в работах роста растений и формирования плодов. Далее препараты ведут «служащих природы» работать бок о бок с духовными иерархиями.

Шаг 6: правильное время опрыскивания – кроме основного понимания применения рогового кремния утром, а рогового навоза вечером, в соответствии с выпадением росы или поднятием сока растений – является отчасти интуитивным решением. Так мы развиваем нашу сознательность фермы как индивидуальности – очень личную взаимосвязь – тогда мы раскрываем в себе присутствие духа, чтобы знать правильное время.

*По материалам статьи Манфреда Клетта «БД препараты как органы чувств»
Пер. с англ. С. Тужилин*

Купон подписки на газету «Живая Земля» на 2008 год

ФИО: _____

Почтовый индекс и подробный адрес: _____

Способ доставки газеты:

простым письмом (опускается почтальоном в почтовый ящик) Для тех, у кого есть почтовый ящик, а/я или до востребования

заказным письмом (передается почтальоном лично в руки) Для тех, у кого нет почтового ящика

Количество экземпляров / Сумма

1 ⇒ 144 руб.
 3 ⇒ 340 руб.
 5 ⇒ 532 руб.

Количество экземпляров / Сумма

1 ⇒ 174 руб.
 3 ⇒ 372 руб.
 5 ⇒ 566 руб.
 10 ⇒ 1104 руб.
 20 ⇒ 2165 руб.

Внимание! Просьба писать разборчиво!

Что знают о крапиве за рубежом?

(по материалам биодинамической Интернет-конференции «BDNow!»)

КРАПИВА В САДУ

1. Пища для бабочек и мух
2. Защита от насекомых
3. Пища для птиц
4. Компост
5. Мульча
6. Растворы для подкормки растений
7. Для домашнего питания
8. Инсектицид
9. Фунгицид
10. Хороший сосед на грядке
11. Один из биодинамических препаратов

КРАПИВА НА КУХНЕ

12. Как овощ
13. Крапивные щи
14. Взбитая крапива
15. Торт (пирог) крапивный
16. Заменитель яблочек
17. Добавка в сыр
18. Добавка для вызревания сыра
19. Заменитель соли
20. Паста крапивная
21. Соус крапивный
22. Омлет с крапивой
23. Пудинг с крапивой
24. Гренки с крапивой
25. Пицца крапивная
26. Хлеб крапивный
27. Чай крапивный

ЛЕКАРСТВЕННАЯ КРАПИВА

28. Артриты и ревматизм
29. Подагра
30. Бронхиты
31. Коклюш
32. Плевриты
33. Сенная лихорадка
34. Аллергии
35. Астма
36. Грипп

37. Ангина
38. Воспаление ротовой полости
39. Цинга
40. Невралгия
41. Анемия
42. Истощение
43. Стрессы
44. Послеродовые боли
45. Менструальные боли
46. Кровяное давление
47. Воспаления мочевых путей
48. Камни в почках
49. Геморрой
50. Геморрагическая лихорадка
51. Порезы и раны
52. Помощь при ожогах
53. Депрессия и меланхолия
54. Диарея
55. Несварение желудка
56. Простатит
57. Потеря веса
58. Пониженное содержание сахара
59. Прыщи
60. Экземы
61. Укусы пчел и клещей



62. Собачьи укусы
63. Черви
64. Головные вши
65. Обработка против перхоти
66. Шампуни, кондиционеры волос
67. Восстановление волос

КРАПИВА И ЖИВОТНЫЕ

68. Фураж
69. Тоник для лошадей
70. Пища для птицы
71. Стимулятор быков
72. Пищевой улучшитель для волнистых попугайчиков
73. Пища домашних животных
74. Защита пчелиных ульев



ВОЛОКНА КРАПИВЫ

75. Крапивная ткань
76. Крапивная одежда
77. Крапивная нить
78. Сети рыболовные
79. Плетение из крапивы
80. Крапивная веревка
81. Крапивная бумага
82. Крапивные ювелирные изделия

ДРУГОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

83. Гидроизоляция
84. Репеллент насекомых
85. Краска
86. Горючее масло
87. Теплоизоляция
88. Праздники крапивы (в отдельных регионах)
89. Магические использования
90. Эротические использования

А что мы на Руси знаем о крапиве? И что знаем такого, чего не знают наши ближние и дальние соседи по планете?..

Пер. с англ. С. Тужилин

ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

Почему хвощ собираем в ЛИСТ?

Хвощ для нас интересен своим высоким содержанием кремния именно в той органической форме, которая необходима для гармоничной жизни почвы и растений и профилактически влияет на грибки. Поскольку вся надземная часть хвоща летом, накапливающая кремний – это, по сути, лист, т. к. у него нет разделения на стебель и лист, следовательно, наиболее подходящий день для сбора хвоща – лис-

товой. Максимальное накопление кремния происходит к пику его развития – концу июля-августу, поэтому собираем погожий листовой денёк по календарю «Посевные дни» в августе и отправляемся на заготовку хвоща на следующий сезон.

Как сеять капусту на семена?

Для этого надо с осени выбрать на грядке кочаны наиболее понравившиеся вам по внешнему виду и др. характеристикам и в плодовой день выкопать их с корнем. Очистив корни от земли, повесить в подвале. Весной (у нас это конец марта – апрель) достаём кочаны, выбираем из них хорошо со-

хранившиеся, не переросшие и не сгнившие, обдираем сухие или подгнившие листья и отрезаем кочаны. Кочерыги с подрезанными корешками ставим в ведро с влажными опилками и компостом на подращивание в прохладное светлое место, можно в теплицу (но чтобы не замерзли!). Когда на улице теплеет, высаживаем в плодовой день, обмакнув корни в биодинамическую болтушку, под временное укрытие, в парник, теплицу или на открытое место в зависимости от климата вашего региона. Уход за семенниками традиционный биодинамический – работа при Луне во Льве. Уборка побуревших стручковых веток – в листовой день.

Отвечал С. Тужилин

Болеют ли растения?

Это продолжение общей трилогии о том, как относиться к проявлениям жизни в нашем саду-огороде, к царствам живого мира, с которыми мы непосредственно взаимодействуем. Я начинал рассмотрение с насекомых-«вредителей» (ЖЗ, зима 2007), чуть позже мы коснёмся «сорняков», а сегодня рассмотрим так называемые «болезни» растений.

Разделять эти части просто бессмысленно, ибо они тесно взаимосвязаны и переплетены между собой и с нами. Однако прошу учесть, что мы рассматриваем основы знаний, которые могут постепенно и неуклонно менять наше восприятие окружающего мира, с тем, чтобы мы отходили от старых или неверных научных агрохимических и генетических парадигм, которые приводили нашу цивилизацию на грань разрушения и гибели. Это нужно для того, чтобы ваши мысли сразу были повернуты в правильном направлении перед новым полевым сезоном, и вы не тратили время и энергию на пустую и вредную «борьбу на уничтожение» с болезнями. Пусть мысль ваша пойдёт на решение творческих и созидательных задач, коих у нас преогромное множество.

Для ясности понимания дальнейших наших рассуждений напомним, что, по Р. Штайнеру, человек имеет 4 основных тела: физическое, эфирное, астральное и «Я»; животные – 3 тела: физическое, эфирное и астральное; растения – 2 тела: физическое и эфирное; минералы – только физическое. Это разделение может отличаться от других систем, но наша задача сейчас не в этом.

Итак, Р. Штайнер утверждал, что болезни в том виде, в каком мы их видим у животных и человека, не свойственны растениям. То есть неправомерно говорить о болезнях в этом смысле, ибо настоящие болезни могут возникать там, где есть астральное тело – т. е. эмоции, привычки, страсти и т. д. Астральное тело человека и животных определённым образом тесно связано с эфирным и физическим телами. Когда астральное тело связывается с физическим телом или органом интенсивнее, чем должно в нормальном состоянии, тогда и возникает большинство болезней. Пример: вы устали, голодны и идёте мимо закусочной, откуда доносится аппетитный запах жареной курочки. Ваше физическое тело чувством голода просит простого восстановления нормальной жизнедеятельности путем насыщения. Эфирное тело готово отрегулировать норму принятия пищи, но тут вмешивается астральное

тело, которое эмоционально усиливает ощущение голода из-за приходящего очень вкусного запаха – начинают течь слюнки, и ваше «Я» тоже уступает астральному в «напористости», и вы берёте порцию больше, чем надо телу для состояния сытости. В итоге вы переели, вам тяжело, насыщение тела наступило раньше, чем насытилось ваше зрение и обоняние. В таких случаях говорят, что глазами ещё бы ел и ел, но уже некуда. Получается, что

астральное тело слишком интенсивно внедрилось в функции физического, подавляя эфирное и «Я» – от этого и возникают болезни. Не зря у Штайнера есть крылатое выражение: астральное – враг физического. И поэтому, чтобы обуздать эти и другие страсти, вызванные астральным, у человека есть ещё одно тело – «Я», это наш самоконтроль, самосознание, это наша совесть, моральные принципы, внутренний цензор и т. д. Если «Я» развито, мы меньше бодем, если астральное тело слишком сильно развито и подавляет всё, в том числе «Я» – ... ясно, да?

У растений не так, они не имеют настоящего астрального тела в себе. Поэтому этот специфический способ заболевания животных и человека у растений невозможен. «Болезни» растений несут в себе общеприродный характер, и их можно разделить и классифицировать по группам, в зависимости от источника, причины.

- 1 – грибковые заболевания
- 2 – бактериальные
- 3 – вирусные

Надеюсь, вы понимаете, что это разделение условное. Все группы болезней имеют внешнюю причину, находящуюся в природе, и внутреннюю, которая исходит из нас самих. Почему из нас самих? Ну, никто же не отказывается от того, что он сам своими руками возделывает землю, высаживает растения и ухаживает за ними процессе роста и делает это после того, как подумает, что и как делать? И что он при этом не всё понимает в хозяйстве природы? Но об этом чуть позже. Сейчас посмотрим на первую группу.

Грибковые заболевания в основном вызваны избытком лунных сил, сил полной луны, которые выражаются в повышенной влажности в почве и

над почвой. Грибки в основном – это жители почв, но при избыточной влажности они могут так размножиться, что им становится тесно в почве, они выходят на поверхность и начинают свою деятельность на наружных частях растений, тем более, что других, сдерживающих их грибков и других организмов на поверхности, как правило, нет. Возникает одностороннее развитие лунных сил, пре-

обладающее в условиях недостатка солнечных сил. Ну, правда ведь, грибковые болезни

проявляют себя, когда мало солнца, пасмурная, сырая погода и т. д.? Мы с вами знаем, что солнечные силы есть у нас в химическом элементе

кремнии, который в особой, «лечебной» форме присутствует в хвое полевого. Мы берём отвар хвои в виде препарата 508 в норме 1 г на л и вносим его силы в почву профилактическим опрыскиванием – весной под рассаду или в почву или летом опрыскиванием (летом в крайнем случае). Хотя летом у нас лучше действует «другой» кремний – в виде препарата 501. Они дополняют друг друга, и если мы весной обработали хвоем огорода, то летом чаще всего достаточно обработок 501-м.

Вернёмся ещё раз к Р. Штайнеру: «Мы должны заново обрести, но уже новое знание этих вещей, проникая в общие связи природы... Как в древности были нужны знания, действительно проникавшие в строение окружающей тогда человека природы, так и теперь мы нуждаемся в знаниях, действительно проникающих в строение природы». Если мы рассмотрим природу «болезней» растений, т. е. проникнем в «строение природы» не с позиции человека, а с позиции самой природы, мы сможем легко понять суть каждой болезни.

Давайте взглянем на действия природы. Мы заметим, что она всегда стремится расширяться, размножиться, увеличить жизнь там, где её мало.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 9



ПРОДОЛЖЕНИЕ.
НАЧАЛО НА СТР. 8

Болеют ли растения?

Она не стремится к смерти, она умножает жизнь во всех её проявлениях – от одноклеточного организма до сложнейших существ – человека, причём расширение и разнообразие основано на прекрасном чувстве любви. «Плодитесь и размножайтесь», – сказано в Библии. Это про Природу вообще, про все её живые царства. А что делают грибы в природе? Они помогают слабой и большой жизни быстрее отмирать, они способствуют разрушению того уже мёртвого, что мешает расти и развиваться новому. Есть ли здесь жестокость природы? Мы видим глубокую, мудрую целесообразность. Природа с помощью грибов быстро убирает старое и большое именно для того, чтобы не захлестываться и не погибнуть самой от отравлений мёртвыми выделениями, накапливающимися остатками веток, листьев, стволов, плодов. По сути, того, что содержит в себе грубые углеводистые одревесневшие части, которые трудно поддаются разложению микроорганизмами и переработке червями. Грибы в природе выступают санитарами или физической формой иммунитета, защищая её живые организмы от разрушения. Грибы появляются именно там, где есть мёртвые клетки или ткани для того, чтобы поддержать и усилить живые – свои. Нет мёртвых клеток или тканей – нет грибов.

Грибы – это не болезни. Они – механизм, с помощью которого природа превращает мёртвые клетки в пищу для других. Все эти механизмы в природе активны или неактивны, в зависимости от надобности. Они не являются благоприятными или патогенными. Это антропоцентрический взгляд. Они все являются благоприятными с точки зрения природы, так как позволяют избавиться от «слабаков» и «дохликов» и сохраняют общее здоровье природы достаточно высоким, чтобы быть и оставаться самоподдерживающей системой.

Бактерии играют роль двигателя, толкателя эволюции растений, животных и человека. **Вирусы** являются природными механизмами, которыми она проверяет эволюцию растений, животных или человека, чтобы определить, достаточно ли они эволюционировали, как физически, так и духовно, чтобы быть здоровыми для существования в здоровой среде природы. Задумайтесь, а ведь здесь речь идёт в числе прочего и о мыслях человека, на которые реагирует всё природное окружение! Острая респираторная вирус-

ная инфекция (ОРВИ), грипп, вирусный гепатит, птичий грипп, чумка и рожа у свиней, чумка у собак, бактериальные и вирусные заболевания картофеля и овощей – идеальные примеры проявления дурных мыслей в материальном мире. Помню, что в своё время меня поразил анализ причин массовых эпидемий человечества, рассмотренный Р. Штайнером исторически. Во времена войн гуннов в Европе (около 2 тыс. лет назад) выплескивающиеся эмоции агрессии, жестокости и злобы смогли породить вспышку эпидемии бубонной чумы в Европе в XIII-XIV веках. Страх смерти, который при этой эпидемии витал почти над всеми народами, привел в XX веке к появлению вируса гриппа, который под названием «испанка» уничтожил только в одном 1917 году более 20 миллионов человек и ещё много при дальнейших вспышках.

Развивая дальше эту мысль, могу утверждать, что позитивные мысли и дела создают в Природе определённую защиту не только от заболеваний эпидемического толка, но и формируют некий защитный кокон вокруг тех пространств, где это происходит регулярно. Такой кокон не только защищает от массовых заболеваний, но и препятствует разрушительной силе стихийных событий, которые тоже являются следствием разлуки и разрыва связей между мыслями и эмоциями человечества. В качестве примера приведу здесь письмо американки Шабари Линды Берд, написанное в конференцию биодинамиков («BDNow!») в феврале 2008 года.

«Я беседовала с моей дорогой подругой Марианн Скилман, она также участвует в биодинамической дискуссии. Она имеет 2,8 га ферму вблизи г. Лафайет, Теннесси. По существу она большой приверженец биодинамики, она и муж применяют все препараты с того момента, как начали вести ферму 3 года назад. Они также имеют друзей на соседних фермах, кто тоже применяет препараты. Когда крупнейшей в истории торнадо прошёл по их штату и соседнему – Кентукки, – их фермы полностью сохранились. В этой мест-

ности в радиусе 3/4 мили от фермы Марианны и Боба 21 человек погиб от разрушения, причинённого торнадо. Каждая церковь в сообществе была разрушена. Каждый дом в окружении фермы Марианны был разрушен. И каждый житель пяти соседних штатов остался без электричества, исключая Марианну и её БД соседей. БД Ферма Джефа Поппинса (9 миль отсюда) также осталась цела. Марианна просит вашей помощи, так как она и её муж предоставили все продукты, что имели, одежду и медицинские препараты для сотен соседей, которые выжили. Марианна знала лично всех своих 21 соседа, кто потерял свои жизни при торнадо. Я очень благодарна за то, что мы имеем и опрыскиваем нашу землю биодинамическими препаратами...».

Торнадо обошёл стороной БД фермы именно потому, что мысли и дела их жителей несут в себе мощный созидательный импульс, имеющий в основе искренний посыл любви всем обитателям окружающего пространства. Посыл этот, как вы знаете, передаётся через БД препараты, которые сначала готовятся в светлом состоянии духа, с любовью, затем разводятся в воде – динамизируются – также в позитивном настроении, и затем опрыскиваются ими поля и растения – с пониманием силы любви, доносимой до живых и элементарных существ пространства.

Итак, вернёмся к истинным законам мироздания. Природа поддерживает себя механизмами утилизации «отходов», такими как грибы, бактерии, вирусы, и тем, что мы называем «вредителями». Её цель – подтолкнуть к развитию, испытать на прочность, ограничить или переработать тела слабых существ, поднимая общий уровень здоровья в среде, достаточный для того, чтобы организм или популяция могли поддерживать себя сами и влились в общую здоровую обстановку. Как Штайнер уточнил в своей лекции по пчёлам: если когда-либо в природе возникает дисбаланс, она посылает противоположные силы, чтобы вновь сбалансировать себя.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 10



Павильон ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТЫХ ТОВАРОВ

находится по адресу: г. Иркутск, рын. Русиновский, пав. 96, ост. Ц. Рынок.

Часы работы: с 10-00

до 18-00 ежедневно, без выходных.

Подробности на стр. 2.

Болеют ли растения?

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 8-9

Но так бывает в Природе, скажете вы, а огород – это уже моё творчество! Посмотрим теперь на наши сады и огороды. Была природа – лес, луг, болото. Пришли мы – вырубали все, распахали, уничтожили «лишнее» и стали насаждать Природе свои правила жизни. Пришли со своим уставом в чужой монастырь, не так ли? Что делает Природа в таких условиях? Всеми возможными способами она пытается вернуть этому месту нормальные условия жизни, она хочет сбалансировать больное с её точки зрения место, вернуть растения – сорняки для нас, вернуть насекомых – вредители для нас, вернуть грибки и микробы – болезни для наших растений. А что обычно мы думали и делали с помощью наших учёных? Правильно – поливали чем ни попадя, чтобы убить, уничтожить мешающих нам грибков, микробов и т. д. Ведь мозги наши были больны и засорились рекламой лучших препаратов для этого, придуманных людьми с большими мозгами, засоренными желанием заработать денег любой ценой, даже идя поперёк законов Вселенной. Мы пытались научить природу, как надо жить – «мы это знаем лучше». Она, не понимая нас и продолжая свои попытки восстановления нарушенного баланса, насылала полчища насекомых, грибков, микробов и растений, и, в конце концов, не выдержав конкуренции с умертвляющими всё вокруг действиями, уступала частично нам «поле боя» и переносила акцент дальше. В итоге борьба переходила на другой уровень: мы (или животные) ели выращенную отравленную пищу, которая нас медленно убивала, а природа пыталась сбалансировать среду уже в наших организмах. Мы в результате слабели, заболели, в нас поселялись и активизировались грибки, микробы, черви, насекомые и т. п. Мы же – часть природы... или нет? А теперь вспомните, что делает природа со слабыми организмами? Правильно, она старается быстро их убрать с дороги своими помощниками, чтобы не мешали здоровой жизни развиваться дальше. А мы шли «засоренным» путём дальше, мы пили лекарства, придуманные человеком, тем самым пытались убить... не причину болезни, а простого посыльного, посла, который пришел вести «переговоры о мире», а в случае нашего несогласия, стать воинном, и в принципе не виновен в нашей болезни. Просто его роль такая в природе – уничтожить слабое, чтобы дать возможность жить и развиваться сильному и здоровому.

Но разве не наши больные мысли приводили нас к такому состоянию, что Природе ничего не оставалось делать, как убирать нас с дороги прогресса и эволюции?

Кстати, сейчас среди учёных активно обсуждается версия, что за последние десятилетия к человеку стали интенсивно переходить зоонозы – болезни, вызванные микроорганизмами животных (60% от общего количества). Из этого можно сделать один простой вывод, что за этот период человек мог отстать в своем эволюционном развитии настолько, что стал приближаться к животным.

Помните объяснения, почему наши ритмические продукты (РП) долго не портятся, даже будучи в открытой банке и в тёплом месте? Напомню для тех, кто не помнит или не знает. РП – это новый класс консервированных продуктов, которые сохраняются почти свежими или заквашенными без использования консервантов – без уксуса, большого количества сахара, соли и не подвергаются нагреванию и кипячению. Готовятся они ритмическим перемешиванием – динамизацией или в ряде случаев встряхиванием в определённое время и соответствующей пропорции, в хорошем состоянии духа, в состоянии любви. Мы знаем, что ритмические продукты остаются живыми в отличие от консервированных потому, что их защищает от распада, от разложения живое эфирное тело, как у любого живого организма. Микробам и грибам там просто нечего делать. Консервированные обычными способами продукты – это мертвые продукты, и микробы с грибами торпятся их быстренько разложить, чтобы мы не поедали эту мертвую пищу, сами разлагаясь на ходу, и чтобы не портили собой общее здоровье природы. Ведь если человек жив и здоров, эфирное тело помогает ему справиться с болезнями, но как только он умирает, т. е. эфирное тело покидает его – труп сразу начинает подвергаться действию процессов минерализации, свойственных силам природы. Здесь мы видим такой же природный процесс, как и на огороде. Если растение слабое, эфирное тело ослабло в результате нашей борьбы с природой – болезни тут как тут. Если растение сильное и здоровое – никакая болезнь не пристанет. Не так ли?

Ну, а что делать, когда уже или когда ещё нет, но может летом возникнуть...? Если на огороде появляются первые признаки болезней – это природа подает нам весточку, что что-то в окружающей среде не так или в наших

мыслях что-то не так или мы что-то делаем не так, поэтому эфирное тело растений слабеет, гармония нарушена как в почве, так и в самом растении. В данном случае мы не бежим сломя голову искать по справочникам подходящий химикат или даже биосредство ПРОТИВ, потому что здесь НЕТ БОРЬБЫ и противостояния, мы внимательно смотрим условия, в которых находятся эти растения, и применяем подходящий биодинамический метод. Это может быть просто опрыскивание кремниевым препаратом, хвощом, бочковым компостом (фляденпрепаратом), чаем из динамической травы, компостным чаем, может быть полив биодинамической жижей или просто внесение созревшего БД компоста в грядку с заделкой в верхний слой почвы. В большинстве случаев этого оказывается достаточно для решения всех проблем с «болезнями».

Итак, вывод. Главная проблема была не в этих беззастенчивых возбуждителях, а в наших мозгах, точнее, в наших мыслях, в нашей старой модели мышления, когда мы видели одних врагов кругом, тут же воинственно их уничтожали и сами при этом становились врагами Природе. Еще раз повторю, новая модель наша предполагает, что Я – это не только вот эта физическая оболочка: две ноги, две руки и то, к чему они крепятся. Я – это и весь сельскохозяйственный организм в виде огорода и сада, в котором частью меня являются и растения, и насекомые, и грибы, и бактерии, и небо, и земля, и вода. Это – первый уровень, который нам надо просто осознать, воспринять и ощущать собой. Есть и следующие, другие или вышележащие уровни, вплоть до уровня всех Вселенных и даже дальше. Так, у себя в поместье следующим мы выделяем уровень окружающего пространства, где при необходимости местные птицы, например, кроме прочих функций, выполняют ещё и роль информатора о приходе и приезде гостей. Естественно, при этом подходе у нас давно исчезло такое понятие как «враги». И, следовательно, исчезло понятие «борьбы с врагами» как таковой. Нет врагов – нет и борьбы, а есть лишь части моего огромного Я, которые отражают мои мысли, мои слова и мои поступки. И я поступаю в соответствии с законами Природы, с законами Мироздания, с любовью ко всем творениям, безусловной любовью, не требующей ничего взамен. Чего искренне желаю и вам, дорогие друзья!

Здравия мыслям вашим!

Сергей
Тужилин

«Растения как образы душевного мира»

Книга переведена с немецкого языка Чибисовой О. И., издана в Московском центре вальдорфской педагогики в 2001 году

Автор книги – доктор биологических наук Эрнест Михаэль Краних. Используя в своих трудах исследования Гёте, Штайнера, Краних представил в книге новый подход к миру растений, связав в единое целое отдельные проявления жизни растений и душевную жизнь человека. Рассказы автора о мире растений составляют лишь малую долю области физиогномического изыскания Природы. В последнее столетие раздаётся всё больше голосов в защиту Природы от разрушающего вторжения в неё человека. Природа требует нашего внимания. Каждый человек должен взять ответственность на себя за жизнь Природы вообще и на своём участке в частности. Понять это можно, читая книгу Краниха.

«Встречаясь с Природой, человек узнаёт её области, недоступные пониманию. Переживая прекрасное и возвышенное, он чувствует, что Природа – нечто большее, чем то, что описывает естествознание».

Выращивая на своём участке деревья, кустарники, овощные растения, цветы, посещая лес, человек не должен оставаться равнодушным к ним. Необходимо научиться проникать в тайны Природы, ощущать исходящее от неё прекрасное и возвышенное, принимать её сигналы, потребности. У большинства людей растения глубоко трогают их сердца.

Глядя на растения, мы с чувством говорим о могучем дубе, о нежной милой берёзке, скромной фиалке, о печальном безвременнике. Каждое растение в Природе – загадка. Одни вызывают изумление и восхищение, другие – томление и желание. Удивительно, что этим чувствам души человека соответствует форма, окраска, «жесты» растений. И ощущать это учит нас книга Краниха.

Эрнест Краних следует за жизнью Природы, начиная с ранней Весны, и последовательно рассматривает отдельные виды цветочных растений по мере их появления.

Первыми начинают выходить из-под снега, цвести и радовать нас подснежники, затем крокусы-шафраны, пролески. Из луковиц их выходят узкие листья, а вверх устремляются цветоносы с цветами. Они трогают, «бередят» душу.

Глядя на них, видишь и чувствуешь, как медленно, сдержанно начинает пробуждаться Природа, вызывая чувство томления.

Подснежник – первый весенний гость. Выходя из подземного мрака, он как бы оповещает нас о приходе Весны. «Весна идёт, весне дорогу». Когда рано весной едешь в электропоезде и по сторонам, на горах, видишь жёлтые полянки подснежников, никто из пассажира не остаётся равнодушным. Все взгляды устремлены из окна вагона. И какие чувства возникают у каждого!

Чуть позднее просыпаются **крокусы**. Своей тонкой формой и цветом они вызывают душевное состояние нежности из самой глубины души. Подтверждаются эти чувства ещё и «жестом», и целомудренной окраской цветов.

Почти все садоводы выращивают на своих участках **тюльпаны**. Их крупные и яркие цветы украшают сады и парки. Уже в мае высоко вверх поднимаются его цветоносы и под лучами солнца превращаются в жёлтые, красные, белые цветы. И хотя тюльпан для нас «чужак», и строение его простое (мало листьев), но поражают нас они своим устремлением вверх. У тюльпана всего один верхушечный цветок, но какой!!! Глаз не оторвётся! И в то же время весь облик этого растения выражает переход к Зиме. Жизнь его долгий период сосредоточена в почке, до самой Весны. А Весной его цветоносы вновь устремляются в Космос, к свету, к теплу. И «жест» тюльпана – поиск душевного образа *Желания и Надежды*.

Одним из самых загадочных цветов в саду оригинальной формы является **нарцисс**. Цветок его устремляется в пронизанные солнцем просторы. В форме нарцисса сразу два «жеста». Одним он раскрывается окружению, а второй – жест самоотдачи. Глядя на этот цветок, испытываешь чувство изумления и восхищения его величием и величием Природы. Восхищает его необычная форма и яркий цвет. Именем этого цветка величают прекрасного гордого самовлюблённого юношу. Прекрасное всегда волнует, вызывая самые разные чувства и переживания.

Когда ранней весной под действием солнечного света и тепла появляются первоцветы, раскрываются почки с нежной зеленью, жизнь Земли вновь соединяется с Космосом. Ведь «растения наши посредники между Землёй и

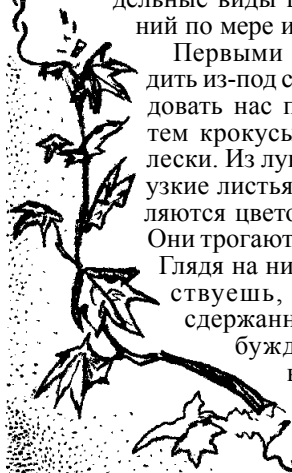
Космосом».

По берегам ручьёв, под кустами, на опушках растёт, тесно прижавшись к земле – **фиалка**. Её побеги стелются по Земле, листовые пластинки раскручиваются в обе стороны и улавливают при этом много солнечного света. А цветки, выходящие из пазух листьев, волнуют, привлекают своим изяществом, вызывают эстетическое наслаждение и проникают в душу. Фиалок очень много видов, но все они имеют исключительно гармоническую форму, деликатный и скромный характер, создают впечатление задушевности, «ухода в себя». В фиалке мы видим образ смирения и благочестия. На картинах эпохи Средневековья, там, где Дева Мария изображена с младенцем на руках, среди других цветков обязательно есть фиалка.

Следующая группа цветов: ирисы-касатики, гладиолусы-шпажники и фрезии относятся к *высоким* растениям. Растут они там, где сильнее греет Солнце. Их внутренняя связь с Космосом проявляется в очень ярких, крупных цветах. Впечатляет их многообразие и загадочность. У **касатиков** и **гладиолусов** зелёные побеги с междоузлиями листьями. Зев из наружных лепестков и стилоподиев у касатиков, подчёркнутый яркой окраской, выявляет их всасывающий характер. А гладиолусы, благодаря корневищу, прочно связаны с Землёй. Цветут они после ирисов. Цветочные почки на них расположены двумя рядами, а когда распустятся цветы, они все обращены только в одну сторону, открыто устремляясь в окружающий мир и вызывая восхищение.

У **фрезии**, в отличие от них, побеги вырастают вначале из корня вверх, а затем изгибаются, но соцветия устремлены к Солнцу. «Внешнее – это переведённое в таинственное состояние внутреннее», – говорил Новалис. У этих цветов их внутреннее, душевное прикрыто и проявляется при созревании их «жестов».

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 12



«Растения как образы душевного мира»

ПРОДОЛЖЕНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 11

В синих и жёлтых цветах касатика, в одних больше, в других меньше – проявляется глубокое желание, иногда превращаясь в ожидание, и даже иногда в разочарование. А фрезия вызывает чувство почитания.

Образное мышление помогает видеть эту связь, эту скрытую душевную жизнь. Выражение растительного мира проявляется в постоянном возникновении и затухании душевных проявлений. Это делает их похожими на человека. «В мимике человека можно видеть то, что им переживает глубоко в душе». А «мимикой природы является растительный мир». Формы, окраска, жесты растений – их мимическая игра. Все части растения тесно связаны друг с другом и представляют целый организм. Каждая часть имеет определённое направление, но всё растение – гармонию. В побеге часто объединяются противоположные направления. В листьях жизнь обращается к окружению, пронизана светом, солнцем. Стебель же вытягивается в длину ночью, когда не проявляется действие Солнца.

В июне-августе, когда действие Солнца интенсивное, встречаются различные виды **гвоздики**. В этих цветках подчеркнута собственное существование, мало связи с окружением. Р. Штайнер заметил, что «в данном случае речь идёт о выражении кокетства». Любовь к себе, самолюбование, проявление нарциссизма. Ярче всего выражение эгоизма у гвоздики пышной.

В природе встречаются такие травянистые растения, противоположные гвоздике. Их слабый стебель плохо их держит, листья своими усиками цепляются за стебли и листья других растений, а цветки будто хотят улететь в окружение. От них впечатление лёгкое, открытое, весёлое. Это **горошек** и **чина**, относящиеся к мотыльковым бобовым растениям. В отличие от них **люпины** – суровые, нет связи такой с окружением. Распускание у горошка и чины несколько подавлено.

Цветут горошек и чина до сентября, а больше в июне, в июле, когда Солнце высоко над Землёй, с выражением весёлого, душевного настроения. А что волнует человека, когда на лугу в середине лета он видит **колокольчик**? «Он так глубоко тронут, потому что ему в виде живой картины передаётся то, что составляет силу Веры в его душе». В светло-голубых его цветках виден образ пронизанных светом глубин души.

У большинства родов растений есть своя образная сигнатура. Всегда можно различить, к какому роду относятся: крестоцвет-

ные, зонтичные, губоцветные, а также злаковые, бобовые (мотыльковые). Но не всегда и не все могут определить некоторые виды. Например, такие внешне разные растения, как **очанка**, **вероника**, **норичник**, **льнянка**, **львиный зев**, **наперстянка** и **коровяк** относятся к одному семейству, имеют длинный побег с простыми листьями, с переходом соцветия всем растениям это придаёт централизованный вид. Зато форма их цветков поразительно многообразна. И снова мы видим двойкий жест: обращение к окружению и обособление у львиного зева, все оттенки самоотдачи у наперстянки пурпурной, и в то же время её строение – душевный жест высокомерия, снисходительный взгляд сверху вниз.

У коровяка высокого или царского скипетра листья и цветоносы на мощном стебле, самоотдача подавлена, а чувство самосознания переходит в гордость, в чувство собственного превосходства, самолюбования. У львиного зева, наперстянки и коровяка общий физиогномический характер: самодовольство, высокомерие и гордость.

В прошлые века растения для человека были атрибутами божеств и символами душевных качеств. В **маслине** видели символ мира, в кедре – бессмертия, в **барвинке** – верности.

В садах Персии, Вавилона и других странах выращивали растения символического значения. Наверное, глубже всех волнует чувства людей **роза**. Розы тысячелетиями культивируются на Востоке. В розе видели образ той душевной силы, которая способна к максимальному углублению и уводит душу в область божественного. «Твоё сердце принимает Бога со всей добротой, если оно делает это, как роза». Воздействие розы связано с душевной силой любви.

Во время позднегреческой эпохи было сказано: «Если бы Зевс захотел дать цветам Царицу, он, конечно, оказал бы эту честь только розе». Ведь все высшие чувства, которые может достигнуть душа, опираются на любовь. Любовь пробуждает стремление к совершенству. «Любовь – это сила, охватывающая всю душу, изменяющая и облагораживающая её». Узнав любовь, поймём, что представляет в Природе роза. Понимая это в глубине души, многие цветоводы стремятся выращивать на участке розы. Также легко по-

нять, почему самому любимому человеку стремятся подарить розы.

Выдающееся явление среди сложноцветных представляет **подсолнух**. Он характеризуется интенсивной связью с силами земного тяготения – мощной корневой системой. Своими широкими листовыми пластинками он постоянно поворачивается к Солнцу, следуя за его ходом с Востока на Запад.

Его жизненная энергия превращается в полноту цветения, и соцветия-корзинки его обращены не в Космос, а в окружающий мир. Эгоистический характер, свойственный подсолнечнику, проявляется в сильно сконцентрированном на себе стебле и в концентрации его цветения в соцветии корзинки. А

стремление подчеркнуть своё большое значение в красоте этой корзинки. В этом растении совсем нет бескорыстия и очень много тщеславия.

Благодаря жизни в растительном мире, Земля наша связана с Солнцем и Космосом. Автор перечисляет ещё много растений, цветущих в середине и в конце лета, и через них земля наша интенсивно отдаётся Космосу. Очень много внимания связи растений с Космосом, в том числе и многочисленных цветов, уделила в своих работах немецкий учёный, автор биодинамического календаря «Посевные дни» Мария Тун. Для роста, цветения и самовыражения цветов надо много воздуха и света. И такие условия для их сева, посадки, ухода за ними создаются, когда Луна находится в световых созвездиях: в Близнецах, в Весах, в Водолее, а также когда Луна в апогее – на самом далёком расстоянии от Земли. В календаре М. Туна это положение Луны отмечено как «цветок». Мария Тун указывает, что цветы могут расти и цвести при посевах и в другие дни, но как? При посевах в дни «листа» получается очень много зелени, и растения с трудом переходят к цветению, растения ленятся цвести.

ОКОНЧАНИЕ
НА СТР. 13



«Растения как образы душевного мира»

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 11-12

Если посеять семена цветов в дни «плода», они очень скудно развиваются, листья очень мелкие, но такие растения очень быстро зацветают и созревают, то есть сразу переходят к образованию семени. Если цветочные растения посеять в дни корня, у них очень скудная надземная часть и также минимум желания цвести. А нам ведь нужно, чтобы цвели они долго и радовали наши глаза и души.

Наиболее гармоничными у Марии Тун цветы получались при посеве в Близнецах, Весах и Водолее. Кустики хорошо разветвлялись, много было цветочных почек, и цвели они очень длительное время и выражали радостное желание цвести. А при срезке они повторно пускали боковые побеги, поэтому рекомендована частая срезка. Цветы, срезанные в дни «цветка», долго стоят в вазе и сохраняют аромат, кроме того, если вы собрали их для

высушивания, они сохраняют полную цветовую гамму красок. Собранные же в другие дни, они быстро выцветают, блекнут.

В Германии, в больницах, санитарки заранее в дни цветка набирают воду в банки и ставят в неё принесённые большим цветы, так они дольше не вянут.

Для пересадки цветочных растений самое благоприятное время – Время посадки, то есть дни, когда Луна в созвездиях Близнецов и Весов. В своей книге Мария Тун указывает, как иметь в комнате постоянно розы. Нужно купить простые розы и, после того как они отцветут, воткнуть их в день, когда Луна в Близнецах, в землю цветочного горшка. При этом поддерживаются два импульса: импульс укоренения и импульс цветения. Лучшее приживание произойдёт, если почва будет влажная и биодинамически обработан-

ная. Сбирать семена, чтобы они были всхожими, надо также в дни «цветка».

А вот детки гладиолусов, чтобы они не зацвели в этом же году, надо посадить в землю в «корневые» дни – вырастут хорошие, крупные луковицы. А вот уже на следующий год, посаженные в «цветочные» дни, в Близнецах или Весах, они уже будут долго цвести.

А вот семена цветов можно сеять во все три «цветочных» созвездия: Близнецы, Весы и Водолей и при прохождении Луны в апогее.

Статья составлена по книгам Э. М. Краниха «Растения как образы душевного мира» и М. Тун «Результаты исследования констелляций».

Людмила Ермакова,
руководитель секции биодинамического земледелия при клубе «Надежда», г. Ангарск

ИТОГИ И ПИСЬМА

Дорогие друзья!

Настало время подвести итоги конкурса статей в рубрику «Записки начинающего биодинамика». Мы бросили ключ год назад, и за это время все желающие могли участвовать, рассказывая о своём опыте, своих вопросах, ошибках и достижениях в период раннего освоения БД земледелия.

Надо сказать, что тех смелых, кто нашёл время написать, не побоялся рассказать о себе, было немного. Вот их имена и названия статей:

✍ ЭЛЛА КОВАЛЁВА,
г. Ангарск «Мой путь в биодинамику» (№1, 2007)

✍ ИВАН ЖЕРЁБКИН,
г. Иркутск «Как я пришёл в биодинамику» (№2, 2007)

✍ МАРИЯ ЗАСУХИНА, г.
Ангарск «К земле с любовью» (№4, 2007)

✍ ЛИЛИЯ НИКИТИНА,
г. Улан-Удэ «Первый опыт в биодинамике» (№4, 2007)

Спасибо Вам огромное за участие! Судя по отзывам, Ваши искренние рассказы помогли многим новичкам в биодинамическом земледелии не бояться сложностей, отказаться от «минералки», экспериментировать и погружаться в биодинамику с голо-

вой! Пусть где-то были недочёты, но это нормально, это процесс обучения и познания неизведанного. Сейчас у Вас за плечами уже немалый опыт, которым Вы также можете делиться на правах уже «продолжающих» биодинамиков. Вас немного, и вы все победители, которым мы дарим новое, улучшенное издание брошюры «Динамические травы». Правда, в связи с последними событиями её издание задерживается, но когда она будет готова, подарка Вам не миновать!

А мы в свою очередь уже без конкурса просто приглашаем всех желающих делиться своим опытом в биодинамике на страницах нашего издания.

С уважением,
редакция газеты «Живая Земля»



кто оказывал нам помощь и дарил своё внимание, своё время, делился с нами своей интересной жизнью.

Ольга Корчун,
г. Усть-Кут, Иркутская обл.

ПРО НАС

7 зим, друзья, мы с Вами вместе,

В Гармонию свой путь избрав.
Наш путь тернист,
Но души светлые на месте
Несут в себе Любовь!
Хотя у жизни крутой нрав.
Для Продолженья жизни на Земле
Через Природу, Родителей, Детей и Внуков

Мы прикасаемся, Творец, к тебе!
Растим здоровые плоды
И Благодарим тебя, Учитель, за науку,
Бог есть Любовь, ГАРМОНИЯ и Свет!
От клуба нашего всем землякам – привет!

Космос наш Отец, Земля наша Мать,
Они наши Родители,
Живём мы в их Обители,
И жить в Гармонии с Природой
Очень просто для народа!
Почитай Родителей, не плоди
Вредителей,
Всё с любовью подмечай,
И на зло не отвечай.
Лишь Любовь Добро творит!
Зло лишь небушко коптит.

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Нашему БД клубу «Гармония-2» исполнилось 7 лет. Мы закончили первую ступень познания духовного земледелия «Введение в биодинамику». От души поздравляю своих друзей, желаю всем крепкого здоровья, радости жизни и новых горизонтов в знаниях. Благодарим всех светлых добрых людей,

ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ

(Памяти Людмилы Заря)

Природа-Мать нас чудно замесила
И детище своё на Волю-Землю отпустило,

Где жизнь прожить – не поле перейти,
Ведь надо в ней хорошее найти
И приумножить в Мудрость и Добро,
И в детях наших пусть живёт оно.
На рубеже своём дом для Души
Лишь только тело – в частицы пыли,
в Землю обратится

И чтобы вновь в Природы Храм
Нам Божьей искрой возвратиться.
Зацветёт цветком, птичкой ли взлетит,
Может, ветерком в листве проснётся

Может с водой, может, огоньком
В темноте зажжётся.

А Душа жива – в Космос унесётся,
Чтобы от Пульсара – Солнца во Звезде
Вновь забилося в пульсе жизни
Сердце на Земле.

...В нашем регионе, судя по реализации календаря, интерес к биодинамике всё же растёт, но не такими быстрыми темпами, как хотелось бы. Клуб наш живёт уже 6 лет. Биодинамикой заинтересовались четыре года назад, как только мне попался календарь за 2004 год, и на занятиях я рассказала кое-что, почерпнутое из календаря. Затем побывала у вас в Иркутске на заседании клуба «Гармония», приобрела литературу, газеты, и дела пошла.

Сейчас мы уже сами заготавливаем травы, работаем по календарю, оценили вкус моркови, выращенной из биодинамических семян. Женщины готовят сурицу – кто во что горазд, отмечаем 23 июля День Земли. Пока особенно хвастаться нечем, но, думаю, в этом году кое-какие результаты получу по борьбе с проволочником. В нашем районе буквально засилье этого вредителя. В течение двух лет я занималась обработкой (по методике) настоем его личинок. Осенью этого года уже можно будет судить о результатах.

Ещё раз спасибо за все Ваши заботы. С уважением и пожеланием успехов,

Любовь Шамиур,
п. Чунский, Иркутская обл.

...Хочу один случай написать про «противных» сорок. Был день рождения моей дочери, и я, чтобы не тратить попусту время, пошла на рынок за мясом и, не заходя домой, поехала в сад. На удивление, на участках было много народа. И меня приятельница пригласила на чай. Я повесила сумку с продуктами для дня рождения повыше на сук дерева, чтобы кошки не достали, и пошла чаёвничать.

А тут мимо проходил сосед и, увидев меня, говорит: «Что-то у тебя в саду сороки не поделили, такой крик подняли».

Пошла посмотреть, что там случилось, и застала такую картину: сидит на дереве, на суку, где висит моя сумка, кошка. Запустила морду в сумку и тянет пакет с мясом. А вокруг с истошным криком летают сороки и стараются клонуть кошку.

Разогнала я всех, сняла сумку,

покрошила сорокам хлеба в знак благодарности за то, что не дали кошке мяско стащить. И решила, что не такие уж и они «противные». Со стороны смотреть, как будто действительно они старались кошку от сумки прогнать, но вовсе не стараясь мяско мне сохранить, а самим поживиться чем-нибудь из сумки. Но хлеба я им всё-таки покрошила...

Маргарита Ефимова,
г. Калининград



Галина Райнина, отрывки из сочинения которой печатаются в «Живой Земле» под рубрикой «Родительская академия», проходила в начале этого года трёхмесячную практику в немецком доме для престарелых Тобиас-хаусе. Оттуда она присылала свои отчёты, даже скорее, впечатления, мысли, наблюдения, которые впоследствии планирует расширить и собрать в единую книгу. Интересующимся рекомендуем следить на новостях на сайте www.antroposarij.narod.ru, а мы, между тем, публикуем одно из писем, в котором рассказывается о посещении Галиной биодинамической фермы Ведих фон Бонина.

Добрый день, дорогие друзья! Может быть, Вам показалось, что я тут окружена прекрасными людьми? О! Да, Вы не ошиблись.

Но, надо сказать, если бы я писала Вам письма из ... Сочи, или из ... Рановки, или из Ялты, или из Томска, или из Москвы, или из ... Ярославля, скорее всего, Вам пришлось сделать такой же вывод. Хорошие, добрые люди везде. И их много...

А наиболее значительным событием в эти дни является поездка на биодинамическую ферму к Ведиху фон Бонину. Это на берегу Балтийского моря. Вера ехала, конечно, со мной. Переводчиком. Снова откорректировав свои планы.

Наше путешествие началось рано утром и, в силу насмешек судьбы, до обеда ездилы мы туда-сюда. То Вера оказывалась по одну сторону ремонтных работ, то мой автобус был на час позже. В итоге, к обеду, мы вернулись вместе назад в Гамбург и экспрессом двинулись к цели: Гамбург – Любек, Любек – Ньюштадт.

Там нас и встретил наш друг – Ведих. 6 км от станции мы любовались окружающими нас пологими холмами, а затем – берегом Балтийского моря!

Хозяйка этого поместья – милая женщина! Да и какой может быть она, если выпекает каждую неделю ХЛЕБ! Нескольких сортов, из муки разного помола, которую они получают из своего зерна, которое и произрастает на окружающих поместье полях: рожь, пшеница. Ну, а если рапс, подсолнечник – то вот оно, рапсовое и подсолнечное масло.

В особом домике делает Ведих опыты с получением специальных биодобавок для земли. Из трав – тысячелистник, ромашка, одуванчик, кора дуба, хвощ, валериана. И препараты в рогах коровы – кварц, навоз. Надо сказать, именно этому он нас и учил во время семинара у Ирины Беляковой в Санкт-Петербурге.

И вот они, «жители» фермы: коровы с

телятами, лошади с жеребятами, овцы с ягнятами, свиньи с поросятами.

Утки, куры имеют отдельный домик и пруд. И эта большая черная собака Голован! (С именем «Отелло!» И не замедлила появиться подружка белоснежная. «Дездемона»?)

Большой амбар для хранения сена, где в Рождество для окружающих детей, школьников вальдорфской школы устраивается представление. И роли овечек, осла и быка – играют настоящие животные! До 100 человек участвуют в празднике! Стены декорируют большими голубыми пологими, еловыми ветвями, звёздами.

Большое здание для проведения семинаров и встреч, которое в этом сезоне заново отремонтировано. И помогал в этом ремонте Николай, он встречал нас на семинаре в Санкт-Петербурге. Они с Ириной как раз в это время были в Германии.

Очень симпатичное старинное строение в виде... юрты для проведения уроков со школьниками, где в центре стоит большая чугунная печь, которой и обогревают это помещение зимой. На стенах, на полках – разные находки: кости животных, уварь, сбрау, рисунки и прочее. Целый шкаф хранит в себе то, что отдала земля: каменные топоры, скребки для выделки шкур, дренажные трубы, каменные круги для размалывания зерна...

В его БИО-магазине выставлена всевозможная продукция со знаком «Деметра». Всё – с поместья: колбасы, мясо, молочные продукты, хлеб, мука, зерно, масла, паштеты, джемы, соки... Где и одарил нас Ведих подарками! И хлеб, и мармелад, и паштет, и колбаска (я затем нарезала хлеб маленькими кусочками и угостила всех в Тобиас-хаусе).

Он показал, как получается зелёный шалаш для занятий: воткнули в землю по кругу ветки ивы (в определённый день, конечно!). Они проросли и так переплетаются, что получилось уютное место для бесед и отдыха.

Есть у них и гостевые комнаты для отдыха. Приезжают семьи. Ведих сам был архитектором! Гости приезжают отдохнуть с семьей на берег Балтийского моря и встречают у него уютно, и сельский современный быт, и натуральное питание. А для детей – приволье и раздолье!

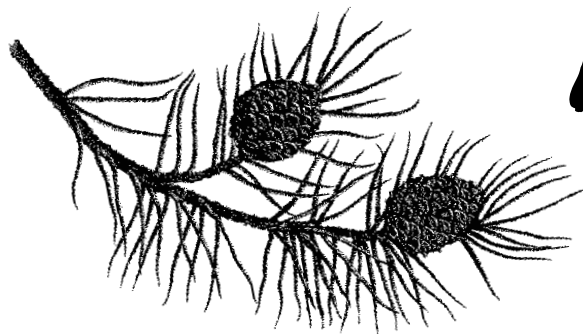
А хозяйка ждала уже нас на чаепитие! Где мы и пили чай, кофе (я – молоко!) с хлебом разных сортов и тортиком, который испекла одна из жителей – воспитанниц. На ферме живут несколько человек с особенностями в развитии.

Были мы там недолго, но очарованы и радушием, и приветливостью, и вниманием. Простором, чистым воздухом, чудесными людьми.

Можете, друзья мои, смотреть сайт хозяйства: www.hofeichwerder.de

Всего доброго,

Галина Райнина
Весна 2008,
Германия



Кедр шумя

А шишки падают...

ПИТАТЬСЯ НУЖНО КАК ДЫШАТЬ

Во всем маленькне зарисовки по результатам 2007 года

Дорогие хозяйшкки!
Несколько лет назад один очень уважаемый руководитель в области сельского хозяйства в личной беседе обмолвился, что все эти домашние заготовки стоят только до Нового года, а потом можно выбрасывать! Где-то далеко в подсознании я была с ним очень даже согласна. Если не консервировать, то уже зимой можно обнаружить плесень, особенно на переработках из томата, клубники или голубицы.

Но с того момента, как мы начали осваивать ритмические продукты, ситуация изменилась. В конце мая текущего года мы достали последнюю баночку горлодѐра. Цвет яркий, вкус – как будто только свежие томаты перекрутила. О плесени нет и речи. Вспоминаю, как же это я его так приготовила замечательно. Оказывается, я динамизировала с солью, потом положила чеснока, хрена и перца, а сверху листочек из хрена. А можно было сразу с этими приправами динамизировать.

Одно из условий – это вра-

щение (будем заменять нерусское слово «динамизация») в «цветочные» и «плодовые» дни и радость, наполняющая вас от самого процесса. Нужно сказать, что горлодѐр я не пересаливаю, и консервация из-за большого количества соли, перца, чеснока и хрена здесь ни при чём. Всё очень гармонично; пробую на вкус – продукт должен быть живой от начала и до его употребления. Маленькое дополнение: вращаю я в эмалированном тазике кедровой палочкой или толкушкой. Затем разливаю по баночкам.

В этом году не один раз убеждалась, что сила мысли, сила моего намерения оказывает большее влияние, чем положения планет (конstellации). Летом, когда я занималась заготовкой на зиму своих любимых муромских огурчиков, приехала дочь из города. Там у неё возникли определённого рода трудности, и я, как мама, которой не безразлично всё, что связано с детьми, озаботилась этими проблемами. А был «цветочный» день, огурцов много, условия самые благоприятные. Я приготовила рассол, вращала его час, залила им подготовленные, снятые только с грядки огурчики, добавила специи и убрала на место. И что, вы думаете, у меня получи-

лось после всех этих мероприятий по заготовке?

Зимой открываем – в чём дело? Вкус не тот, пустые – но ведь всё отлично, день «цветка». Ничего не могу понять. Хорошо, что я себе за правило взяла – на бумажках, которые я приклеиваю к банке, описывать все детали приготовления продукта. Стоило прочесть ниже, при каких вибрациях и с каким настроением проходило вращение, и всё становится на свои места. Пришлось использовать эти огурцы в рассольник.

Хорошо, что у меня есть огурчики, приготовленные в разные дни! Можно познакомиться с «плодовыми» и «цветочными» с других дней – вкус замечательный, хрустят, семенная камера сочная. «Корневые» тоже хороши и е,

но мягкие и пустоватые. Дни «листа» и неблагоприятные я не использую для приготовления на зиму, так как бактерии, которые активизируются в эти дни, не давали хороших результатов при заготовках. Хотя если у вас чистые помыслы и сила намерения не оставляет никаких сомнений, то всё у вас получится!

Лариса Тужилина

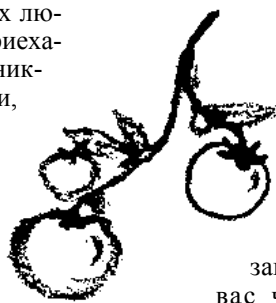
! ЭТО НАДО ЗНАТЬ!

Вращение (динамизация) – это такой процесс размешивания воды (рассола и т. д.), при котором происходит

создание воронки кедровой (берёзовой и пр.) палочкой. Сначала нужно крутить в одну сторону, затем, когда воронка приобрела совершенную форму, подождать несколько секунд, сломать её и начать вращать в другую сторону тоже до об-

разования воронки, затем опять сломать и повторить процесс снова, и так в течение часа.

Ягоду лучше перемешивать деревянной толкушкой непрерывно по очереди в правую и левую стороны.



ЧАЙ И ЧАЙНЫЙ НАПИТОК

Весь растительный мир живёт в зависимости от движения Земли и её спутника Луны, от планет Солнечной системы. Этим обусловлена сезонность сбора и заготовки целебных растений.

Есть растения, которые можно собирать лишь несколько дней в году, чтобы они полностью сохранили целебные свойства. Также обязательно надо знать, в каком месяце, при какой погоде, в какое время суток собирать травы, по частям или полностью с корневищем.

Необходимо знать, что лекарственные растения растут во всех регионах Земли, но есть и такие, которые встречаются только в одной или нескольких географических зонах, как корни алтея и марены красильной в Дагестане, а элеутерококк на Дальнем Востоке.

Нужно помнить, что содержание целебных веществ в растениях в течение суток меняется. Поэтому наземные их части (траву, листья, цветки, семена, плоды) лучше собирать в первой половине дня, после того как обсохнет роса. Нужно угадать с погодой: чтобы было сухо и солнечно, так как в пасмурные дни содержание действующих веществ меньше.

А вот корни и корневища можно с одинаковым успехом собирать как в солнечную, так и в пасмурную погоду.

Очень важно научиться отличать лекарственные растения от похожих на них, но не имеющих лечебных свойств «родственников», которые могут расти по соседству. Среди них попадаются и ядовитые, так что ошибки могут привести к тяжёлым последствиям. Также в наше время недопустимо собирать растения вблизи жилья, дорог и особенно железных дорог.

Правила сбора различных частей растения необходимо запомнить. Травы срезают ножом или секатором. Многолетние растения нельзя выдёргивать, так как при этом вы повредите почки возобновления. Листья собирают вполне развитые, с черешками или без них. Некоторые растения с мелкими листьями скашивают, высушивают, обмолачивают, а потом просеивают или отвеивают, чтобы отделить листья.

Цветки и соцветия срывают руками или срезают. Плоды и семена травянистых растений собирают так: растения срезают, высушивают и обмолачивают, затем нужные части отвеивают. Сочные плоды собирают вручную, стараясь их не смять. Корневища и корни выкапывают, отмывают от земли и освобождают от остатков стебля, загнивших частей и мелких ответвлений.

Кора требует деликатного об-

ращения. На молодых ветках надо сделать два поперечных надреза (полукольцом) на расстоянии 25-30 см друг от друга, затем соединить их двумя-тремя продольными разрезами. Эти полочки коры отслаивают вниз, но не отделяют от веток полностью – пусть подвялятся. И только поле этого кору можно снимать.

И самое главное – помните о тех растениях, которые занесены в Красную книгу и требуют бережного отношения. Если бы не было растений, то нас тоже бы не было. Мы вдыхаем то, что они выдыхают. Это передаётся нам. Вокруг человека, в буквальном смысле слова «под ногами», растут удивительные растения, соками своими, взятыми у Земли и Солнца, способные спасти нас от многих недугов.

Люди на собственном опыте постигали целебные свойства трав. Эти знания передаются из поколения в поколение. Фитотерапия – лечение с помощью лекарственных растений – наука древняя, как само человечество.

Жизнь человека тесно связана с живым миром растений. Пища человека есть лекарство, а лекарство должно быть пищей. Человеческое тело само есть лекарь своих недугов.

«Зелёная аптека» сослужит добрую службу всем, кто отправится на поиски целебных растений, чтобы с их помощью, применяя приготовленные настои (инфузы), отвар (декокт), настойку (тинктура), вытяжку (сок) или сухую гущенную вытяжку (экстракт), избавиться от хвори себя и своих близких. Рекомендуются советы и рецепты основаны на многовековом народном опыте. На протяжении всей жизни необходимо помнить: «Умеренность – союзник природы и страж здоровья». Поэтому когда вы пьёте, когда вы едите, когда движетесь и даже когда любите – соблюдайте умеренность.

Тысячи вещей необходимы здоровому человеку, и только одно больному – здоровье. Для нормальной жизнедеятельности организма необходимы витамины, содержащиеся в пище. Пищей являются растения – единственный источник живой органической воды, в которой находятся органические соединения – питательная среда для всего животного мира планеты Земля. Природа снабдила растения лабораторией, где неорганическая (дождевая, речная, родниковая) вода преобразуется в живую, органическую воду с живыми атомами.

Чтобы правильно применять растения для чайного напитка, нужно, в первую очередь, их хорошо знать. Давно проверенные народные средства лекарственных растений стали весьма эффективны, но они же могут причинить здоровью значительный вред при неумелом пользовании.

Для чайного напитка лучше использовать смесь нескольких растений или их части. Не следует использовать смеси из 10-20 растений, ибо такие смеси научно и клинически не проверены. Входящие в растения сложные химические соединения могут вступать во взаимодействия друг с другом, инактивируясь или разлагаясь с выделением ненужных, а порой токсических продуктов.

При составлении любого сбора необходимо учитывать индивидуальные особенности: для кого будет пред-

назначен этот сбор растений, его возраст и наличие сопутствующих заболеваний.

Обязательно учитываются показатели артериального давления

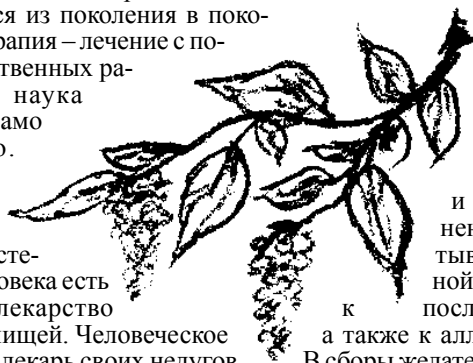
и тенденции к его изменению. Необходимо учитывать состояние кишечной моторики, склонность

к послаблениям или запорам, а также к аллергическим реакциям. В сборы желательно включать мяту перечную, лимонную, мяту водную и мяту колосовую. Напиток из мяты – хороший природный чай.

Необходимо менять состав сбора каждые 1,5-2 месяца. Когда мы пьём чайный напиток, мы улучшаем вкус и всасывание, что, в свою очередь, способствует лучшему усвоению действующих веществ. Фитотерапия показана чаще всего в осенне-весенний период, когда в организме ощущается недостаток витаминов, энзимов, микроэлементов.

Прежде чем начать готовить чайный напиток, следует убедиться в пригодности растительного сырья: оно не должно быть заплесневелым, загрязнённым, поражённым вредителями. Не менее важно подготовить посуду. При соприкосновении растений с железом, медью, алюминием биоактивные вещества разрушаются. Посуда должна быть эмалированной, фарфоровой, глиняной или стеклянной, и использовать её следует только для напитка.

Иван Жерёбкин,
клуб «Гармония», г. Иркутск



ЦЕЛЕБНОЕ СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

Владимир Васильевич Тюменцев – инженер-биотехнолог, в течение долгих лет занимается изучением микроорганизмов и их влияния на организм человека. Предлагает систему оздоровления с использованием национальных продуктов питания (которыми люди питались не одно столетие), ферментов и продукции растениеводства.

Фантасты в своих произведениях рассказывают о параллельных мирах. Однако такой параллельный мир существует – это микроорганизмы. Они находятся везде: в воздухе, воде, почве, в продуктах питания, на любой поверхности и т. д. Они играют важную роль в естественных биоценозах.

Как мы знаем, в природе всё гармонично, всё совершенно, там, к примеру, нет сорняков – есть разные растения, находящиеся в содружестве (в симбиозе). Если бы человек, являясь частью природы, жил по её законам, у него в организме также царил бы гармония. Однако, развиваясь и отдаляясь от природы, человек для своего выживания стихийно стал создавать искусственные биоценозы, которые далеки от совершенства. Микрофлора в них несбалансированна, в ней чаще всего преобладают патогенные или условно-патогенные микроорганизмы, могущие неблагоприятно влиять на здоровье растений, животных и человека. Поэтому постоянно производятся различные химические вещества (антибиотики) для уничтожения такой микрофлоры, но она быстро приспосабливается и их инактивирует.

Выход в данном случае следует искать в другом – внести в искусственно созданные биоценозы полезную (пробиотическую) микрофлору и добиться её преобладания над патогенной. Назрела необходимость расширить применение органических и бактериальных удобрений, биологических средств защиты растений, микробиологических консервантов и кормовых добавок, способных заменить в животноводстве и птицеводстве различные синтетические лекарственные соединения.

В биоценоз культурных растений (овощей и т. д.) необходимо внести полезную микрофлору посредством опрыскивания зелёной массы (желательно после всходов). Часть суспензии с листьев попадает под корень.

Способ приготовления суспензии. Набрать 50-100 л воды в бочку, добавить пакет биологически активного грунта (Здесь и далее упоминаются продукты, созданные В. В. Тюменцевым. – Прим. ред.), хорошо перемешать и добавить 1-3

ведра сорняков или другой зелёной массы, можно и пищевых отходов. Бочку желательно держать в теплице и обязательно накрыть полиэтиленовой плёнкой. Через 2-3 недели взять 10-20 литров суспензии и использовать для внекорневого полива. Добавить воды в бочку до верха и сорняков. Через 2-3 недели вновь провести внекорневой полив и т. д. полезная микрофлора постепенно заселит поверхность листьев и ризосферу корня и вытеснит фитопатогенную микрофлору.

Отечественные целители Болотов, Неумывакин, Гарбузов обоснованно считают, что оздоровление человека необходимо начинать с очистки желудочно-кишечного тракта. Восстановление его перистальтики является средством борьбы с запорами. Это – первый этап оздоровления. Для него необходимо каждое утро натощак принимать 1 стакан кефира индийских йогов (на 1 стакан молока добавить чайную ложку закваски и выдерживать 24 часа). В кефир также желательно добавить 3-4 столовых ложки пищевых волокон – это измельчённая на тёрке морковь, свёкла, немного хрена. Очистка обычно продолжается три месяца.

Следующий этап – это заселение очищенного кишечника полезной пробиотической микрофлорой. Он выполняет следующие функции:

1. Вытесняет имеющуюся патогенную и условно-патогенную микрофлору.

2. Не даёт размножаться попавшей в желудочно-кишечный тракт условно-патогенной и патогенной инфекции.

3. Разрушает различные токсины (синтетические вещества, антибиотики и т. д.), попавшие с пищей, водой и выделяемые патогенной и условно-патогенной микрофлорой.

4. Синтезирует ряд витаминов и других биологически активных веществ, необходимых для жизнедеятельности организма человека.

5. Способствует перевариванию пищи и более тесному усвоению находящихся в ней витаминов и микроэлементов.

Для достижения этих перечисленных функций необходимо каждое утро употреблять по стакану кефира «Биовит», в котором собраны все известные лактобактерии и другие пробиотические микроорганизмы. У взрослого человека 2-2,5 кг микрофлоры, и для её замены потребуется не менее полугодия. У детей этот процесс происходит быстрее.

Для предотвращения сердечно-сосудистых заболеваний и их последствий рекомендуется принимать без ограничений продукты питания, приготовленные при помощи закваски «Индийский морской рис». Эта пища содержит ферменты и антиоксиданты, которые способствуют улучшению пищеварения и

очищают сосуды от липидов (холестерина). Вот их ассортимент.

1. **Квас.** На 1 л тёплой кипячёной воды добавить кусочек чёрного хлеба (желательно обжаренного), 2 столовые ложки сахара и 1 столовую ложку закваски. Через 2 дня напиток готов. Он хорошо утоляет жажду и обладает вышеперечисленными свойствами. Употребляется в течение дня без ограничений. Для его обогащения белком можно часть воды или всю заменить молоком.

2. **Овсяный кисель**, или Русский бальзам. Используется для восстановления сил тяжёлых и послеоперационных больных при заболеваниях печени, поджелудочной железы, сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, диабете, гипертонии. Усиливает активность иммунной системы. Способ приготовления: в литровую банку до половины засыпать геркулеса, долить водой до верха и добавить 2 столовые ложки закваски «Индийский морской рис», перемешать и поставить в тёплое место на 2 дня для брожения. Приготовить кастрюлю с дуршлагом. Поместить в него 4-5 столовых ложек сброженной массы и начинать переливать, помешивая. В кастрюле соберётся жидкость белого цвета, которую необходимо нагревать, постоянно помешивая, до густоты киселя. Принимать без ограничений.

3. Для улучшения работы желудочно-кишечного тракта и интенсификации размножения пробиотической микрофлоры необходима грубая пища, содержащая пищевые волокна и другие биологически активные вещества. Для приготовления продукта с указанными свойствами пшеницу хорошо промыть и замочить на 24 часа. Затем воду слить и оставить для проращивания на 2-3 суток. Для получения теста пропустить её через мясорубку. Можно предварительно добавить крапиву, салат, петрушку или другую зелень или натёртые на тёрке корнеплоды. Полученный фарш заквасить (из расчёта на литровую банку пшеницы 3 столовых ложки закваски «Индийский морской рис»). Тщательно перемешать; если густо, добавить воды и заквашивать 24-48 часов. Выпекать на сковороде как **лепёшки** или как **хлеб** в духовке или русской печи.

Заключение

Уважаемый читатель, сейчас предлагаются разнообразные системы оздоровления. Возможно, внимательно прочитав эту статью, Вы станете моим единомышленником и при минимальных затратах начнёте оздоравливать свой организм.

Владимир Тюменцев,
г. Иркутск
Тел.: (3952) 52 51 07,
8 914 9 379 672.

Ритмический опыт с розой

Когда я начала увлекаться изготовлением натуральной косметики, у меня в первую очередь встал вопрос о том, каким образом брать экстракты растений. Из всей литературы, что я читала, стало ясно, что есть три доступных способа извлечения ценных веществ из растения: это посредством воды, масла или спирта. Конечно, проще всего было воспользоваться спиртом, как и советовали все эти книги. Так я и делала поначалу, пока не узнала, что спирт убивает жизнь и эфирность субстанции.

Извлечение же экстрактов посредством масла и воды считалось этими советчиками не выгодным, потому что такие экстракты хранятся недолго и берутся не полностью, т. к. эти экстракты довольно слабые. Всё же я остановилась на последних двух экстрактах, делая водные и масляные настои и отвары из сухих трав. Но мне не совсем нравилось то, что использовать получается только сухие растения, в которых часть ценных веществ испаряется при высушивании. И тогда я наткнулась на интересный опыт, описанный в книге Рудольфа Хаушки «Учение о лекарственных средствах». Опыт состоял в том, что во время цветения розы собрали её лепестки и залили ключевой водой. стакан с этой смесью каждый день на рассвете и на закате экспонировали солнцу в течение 21

дня. В результате опыта была получена розовая вода с прекрасным запахом, которая хранилась 30 (!!!) лет.

Я решила повторить этот опыт, и летом 2006 г. я собрала лепестки шиповника (у нас в поместье его в диком виде довольно много), залила водой из ручья, но вместо того чтобы выставлять смесь на солнце, встряхивала её по 3 минуты на восходе и закате. Дело в том, что тогда папа активно исследовал метод встряхивания и посоветовал мне именно так действовать.

Да и я невнимательно прочла опыт Хаушки. В результате на 4 день смесь стала благоухать розой, на 5 день начала ферментироваться, а на 7 – прокисла. И все же это был прогресс, т. к. контрольный стакан с лепестками прокис уже на 3 день.

На следующий год мы с папой решили повторить опыт, но уже действовать строго по книге. Набрали в «плод» по календарю М. Тун лепестков, залили водой и выставляли на солнце на восходе и закате в течение 21 дня. Через некоторое время после начала смесь стала так же, как и в прошлом году, интенсивно пахнуть розой, а потом запах трансформировался в более

слабый – смесь начала ферментироваться. Однако не прокисла на 7 день, как в прошлом году. И мы продолжали показывать нашу бутылочку с лепестками восходящему и заходящему солнцу.

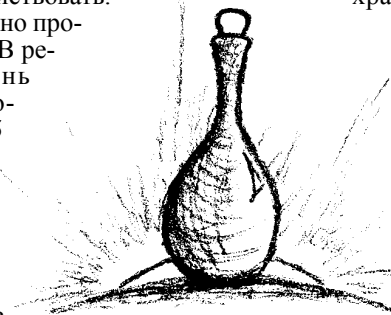
На 21 день мы получили розовую воду, заферментированную, концентрированную, с благоухающим запахом розы, которую поместили на хранение в подвал. Для нас это было поистине удивительно: опыт удался, смесь

хранится в неизменном состоянии и по сей день и не собирается портиться!

Теперь, добавив 1 чайную ложку смеси в стакан воды, мы получаем ароматную розовую воду, которую можно использовать и в косметологии, и в лекарственных целях.

Вот такие интересные результаты мы получили, используя солнечный ритм. Этим летом продолжим опыты с экстрактами из цветов, изменив некоторые факторы. Осталось только выяснить: какой ритм нужен, чтобы получить экстракт из листьев, а не цветочных лепестков растения? Может, кто-нибудь ещё займётся этим опытом? А результатами поделимся осенью.

Серафима Тужилина



ИЗ МЕЧТЫ - В РЕАЛЬНОСТЬ

В поисках истины...

Светлана Фуникова – мать четверых детей, с которыми живёт в своём поместье на Украине, создатель замечательной детской настольной игры «Родовые поместья», автор статей в газету «Родовая Земля» и вообще неординарный, творческий человек. На страницах «Живой Земли» Светлана рассказывает о том, с какими вопросами, надеждами, трудностями она столкнулась, прежде чем решила жить на своей земле.

Пришла я к книгам В. Мегре очень непросто. В тот момент, когда они появились на рынке, я посещала духовную школу (надо сказать, пятую по счёту), имела свою уверенность, как надо жить, во что верить и посему книгами не заинтересовалась. Но прошло четыре года, произошло очередное душевное разочарование, духовный кризис и чёткое понимание, что человек может быть счастлив на Земле, только

находясь в определённом мысленном настрое. Это может быть или вера в Бога, или вера в карму, или вера ещё во что бы то ни было, увлечённость кем-то или чем-то. Только находясь под гипнозом определённых мыслей, можно анестезировать душу от боли и выдержать суровую действительность этой жизни. Это меня и гоняло по школам. Сама реальность настолько неприглядна, что увлечься ею практически невозможно.

«А почему нельзя так организовать человеческую жизнь, чтобы она была привлекательна сама по себе и включала в себя те понятия, которые просит душа?» – спросила однажды я себя. Иначе вырисовывается два варианта: понять всем, что надо перестать рожать детей, или вариант второй: улучшать жизнь. «Всё в природе – птички, бабочки – размножаются и радуются, а что же мы сделали со своими жизнями, что страшно выпустить в этот мир ребенка?» – невольно за-

даёшь себе вопрос. У меня четверо детей, и я хочу не жалеть, что подарила им жизнь, и, конечно, не хочу, чтобы они приспособивались к ней. Деньги, я уже знаю точно, не могут защитить от несчастий и болезней. Утверждение, что счастье человек может найти, реализуя свои наклонности и таланты, не подтвердилось жизнью. Это распространенная теория не привела нашу цивилизацию к эволюции духа, а лишь к эволюции техники. Человек либо неправильно выявляет свои наклонности, либо в нынешних условиях рыночной экономики не решается это делать за невостребованностью оных. Известно, что талант не всегда может пробить себе дорогу. А тогда что? Игнорировать его в поисках заработка? Нет.

ОКОНЧАНИЕ
НА СТР. 19

В поисках истины...

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 18

Должны быть такие условия для занятий любимым делом, чтобы от этого не зависел желудок, как смена времен года не должна зависеть от смены нашего настроения. «Но какие это должны быть условия?» – спрашивала я себя вновь и вновь.

Однажды, гуляя с младшим сынишкой по улицам нашего загазованного города и не видя чистого места, куда можно было бы пойти, я вновь спросила себя: «Где, в чём выход?». И тут произошло нечто удивительное: ко мне пришел мысленный ответ, как телеграмма: «Уезжай. Анастасия». Я, приняв эту мысль, испытала радость необыкновенную; свобода, лёгкость появились в мышлении. Как книжка, разворачивалась эта мысль, неся надежду на возможность счастья. Тут я вспомнила, что 4 года назад на книжном рынке появились книги об Анастасии. На следующий день я купила первую из них и, не отрываясь, прочитала, затем и остальные, вышедшие на тот момент четыре книги.

Надо сказать, что читала книги я с удовольствием, но одновременно с большой осторожностью. Мне казалось, что еще одного разочарования я не выдержу. Но придаться, несмотря на весь «эзотерический» опыт посещения духовных школ, было не к чему. Предположить неискренность или фальшь, казалось, означало расписаться в собственном невежестве и в собственной фальши. Создать такую красоту чувств, мыслей, образов мог только очень хороший человек, и постараться их передать без искажения мог тоже только очень хороший человек. Когда же я прочитала об идеи Родовых Поместий, восторг души был бесконечный. Наконец-то появился вариант, при котором не надо насилловать свои мысли и чувства. «Действительно, – сказано в книгах, – плохо живём, нужны перемены».

Это был период, когда ещё не надо было думать, реальна для осуществления идея или нет. Можно было наслаждаться ею, чувствовать аромат, свежесть и неповторимую прелесть её. Но затем приходит следующий этап, когда спрашиваешь себя: хочешь ли ты эту мечту, эту сказку сделать былью? И сначала тихим шепотом, а затем громче, чтоб услышала самая отдалён-

ная мысль-сомнение – уже кричишь: ДА! ДА! ДА! Я хочу изменить свою жизнь и хочу, чтоб изменился уклад жизни как можно большего количества людей ради спасения будущего.

Просто сразу уехать моей семье жить на природу мне показалось недостаточным. Я должна сначала попытаться донести до людей открытие о важности перемены места жительства с города на деревню. Я



же в свою очередь вышла в Интернет, узнала о движении анастасиевцев в Харькове, и вместе с ними мы с мужем взяли свой гектар. Сначала была огромная радость, которая, впрочем, вскоре сменилась страхом. Напал просто ужас, обросший с разных сторон «здравыми доводами»: а вдруг не получится, вдруг детям не понравится; может человек такое существо, которое всегда при желании будет себя чувствовать несчастным, и никакой гектар не поможет, у меня уже физические силы не те, знаний о земле нет и о домашних животных, где взять финансы, вдруг ничего не вырастет. Но самое сложное для меня оказалось – объяснить родителям своё желание уехать из прекрасной квартиры куда-то на «целину». Надо сказать, что к тому времени я уже жила на даче (этот год я себе вырвала у городской жизни). Там мне пришла сон: пятизначная цифра в долларах и комментарий к ней, что вот такой доход имеют магнаты с организованных ими городских коммуникаций и всевозможных отраслевых разветвлений. Я проснулась и написала вот такое стихотворение:

•••••
• Спасибо Небу, что послало сон,
• Где правда цифер так красноречива:
• Платить за воду в городе и телефон?..
• Когда в природе все бесплатно и красиво.
•••••

После этого сна как пелена спала с сознания. Я поняла, что кому-то выгодно держать нас, как мышей, в мышеловке неведения. А потом произошло со мной следующее: перед сном увидела очередную картинку. Это был дом в невысоком холме, покрытом зеленью, шумит где-то ручей, тишина, покой, умиротворение наполняли все вокруг. Ощущение, что это мой дом, но где-то на другой планете – так прекрасно было видение. Вскоре к нам в гости приезжает сын и привозит из Интернета рассказ «Живой дом».

Во сне этот дом мне показался очень милым и надежным. Я бы в нём не отказалась жить. Пусть в нём не было лишней роскоши, но чувствовалась основательность и долговечность. Я думаю, мое подсознание нарисовало дом не с другой планеты, а из моего реального будущего. Но ведь это, к тому же, дешёвый проект! А мы ведь искали такой вариант жизни, при котором все могли бы иметь возможность им воспользоваться. Когда я вспоминаю эту картинку, на душе такое успокоение, и, кроме желания жить в таком доме, других желаний просто не возникает.

И еще ушли сомнения, потому что я увидела воочию прекрасное будущее, опирающееся на другие принципы, чем жизнь сегодняшняя. Оно имеет самые главные плюсы, пусть не в архитектурном плане (хотя разновидность проекта – это дело добровольное), но в духовном смысле – точно. А здоровье, я верю, на свежем воздухе у меня поправится. Изучу информацию про огород и домашнее подворье, которые можно организовать не так трудоемко, как это делается сейчас; после очищения организма, знаю, он с лёгкостью перейдёт на питание, обеспечиваемое огородом, садом – одним словом, природой. Родителей, к сожалению, не переубедить, поскольку это люди другого поколения, хотя их, конечно, любишь и такими. Дети сами просятся жить за городом, а растения, конечно же, вырастут.

Может, кто-то будет смеяться, но я сделала открытие: не зря так устроено в природе, что человек выделяет углекислоту, а растения её превращают в необходимый для нас кислород – это подсказка свыше: «Люди! Не отдаляйтесь от природы! Вам без неё не выжить ни в физическом смысле, ни в духовном».

Светлана Фуникова,
г. Харьков
(Украина)

Как нам обустроить жизнь?

Дорогие друзья! Наше биодинамическое оживление земли-матушки предполагает и оживление всего, что на ней произрастает, и всех тех, кто питается произрастающими плодами. Оживление физического тела идёт одновременно с оживлением души, укреплением духа, проявлением светлых чувств любви ко всему живому, ко всему проявленному миру. Оживление нас самих предполагает и оживление нашего ближайшего окружения – родственников и друзей, которым нравятся вкус наших продуктов и философия бережного отношения к земле, которым становится интересно с нами общаться и вообще жить полноценной жизнью на Земле. А это неизбежно приводит к тому, что мы обращаем свои взоры и дальше – на земляков, на всех граждан нашей любимой страны.

При взгляде шире, на ту сторону жизни, которая выглядит в реальности не совсем так, как нам всем хотелось бы, возникает сразу много вопросов – почему так, кто всё придумал и что можно изменить? Или по традиционной русской привычке – кто виноват, что делать и как нам обустроить Россию? Можно ответить просто и однозначно на эти основополагающие вопросы и тотчас забыть об этом, но сидеть сложа руки и ждать у моря погоды, или когда рак на горе свистнет – у меня нет никакого желания.

Поэтому считаю логичным продолжением перехода от рубрики ХОЧУ НА СВОБОДУ, в которой мы освещали с истинной стороны скрытые от нас темы, увидевшие в сторону и навязывавшие нам своё представление о мире, к другой рубрике – ОБРАЗЫ НОВОЙ РОССИИ. В ней предлагаю формировать, детализировать и распространять по всей стране, по всем группам населения и по возможности доносить до всех граждан те светлые образы, которые станут менять обустройство жизни не революциями и не перестройками, а развитием глубокой осознанности каждого из нас, развитием души сознательной. Эти образы уже начинают формировать совершенно новую жизнь, и она приходит с неизбежностью наступления тёплой и ясной весны после холодной и тёмной зимы. Помочь себе мы сможем только сами, только вместе, и каждый на своём месте.

Первым образом в нашей рубрике, который мне пришёл именно в виде образа, чёткого и ясного, что так и будет, как будто я сам уже побывал в этом недалёком будущем, станет образ того, как

Все, кто пил – бросили пить спиртное

Это случится скоро. Вдруг, как по мановению волшебной палочки, а может, и по указу от властей, а может, ещё по каким-то причинам – точно не ясно – все, кто пил водку, пиво и вообще употреблял алкоголь, перестают пить. Вот так просто расхотели и – всё. По-видимому, это срабатывает «эффект сотой обезьяны», потому что это начинается сначала в отдельных небольших городах и посёлках, а потом быстро – волной – распространяется по всей стране. Мужики, кто пил и считал это «нормальным», вдруг охладели к спиртному, оно им стало неинтересным. Они приходят на работу и сами с удивлением говорят сослуживцам: «Ты знаешь, как здорово, оказывается жить, когда не пьёшь!» Их сослуживцы в растерянности пытаются уговаривать их, смеются над «придурью» или крутят у виска, но внутри себя со смешанным чувством удивления, страха и радости обнаруживают, что им тоже не хо-

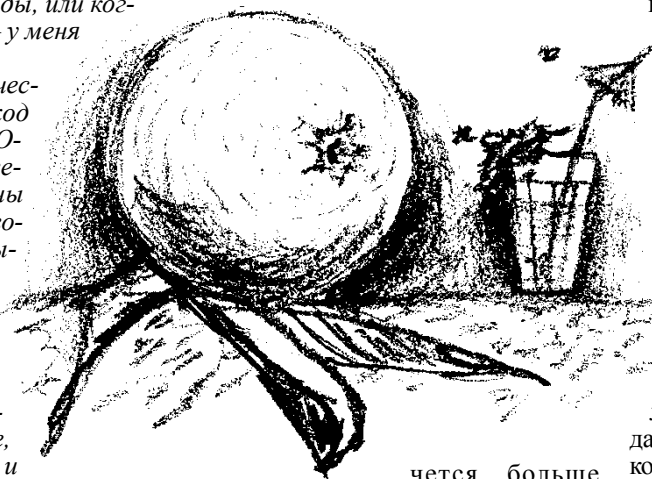
честву, к любви, у них просыпается тяга к земле. Многие занимаются оформлением земли под родовые поместья и «уходят» с головой в хлопоты по строительным и сельскохозяйственным делам, потому что у них освободилось много времени. Идёт повальный процесс воссоединения семей после того, как мужья, жёны или взрослые дети отказались от этой дурной привычки.

В мегаполисах же движение идет уже со скоростью снежного кома, потому что там до этого просто не было условий для полноценной жизни – всё отравлено: воздух, вода, всюду шум; глазу негде отдохнуть – везде камень, стекло и искусственный цвет реклам. Да и сама атмосфера городов была настроена на то, чтобы люди глушили свою тоску, объединяясь «на троих», в «весёлые» компании или поодиночке.

Примерно 80-90% всех, кто пил, никаких отрицательных последствий для здоровья не ощутили, особенно те, кто сразу стал помогать остальным отказываться от употребления. Остальные 10-20% с трудом, но значительно быстрее, чем раньше, проходят курс по реабилитации. Печень, почки и другие органы их требовали больше времени на очищение и восстановление рабочих функций, но за счет осознания пагубности и появления осмысленной цели в жизни почти все они постепенно вернулись к себе.

У народов, которые по «незнанию» или другим причинам приняли спирт «на ура» с приходом цивилизации и ввели его в обрядовую практику («брызгать» у этого камня, у дерева, у ручья, на святом месте, на встречах родственников, на кладбищах и т. д.), и в результате дошли уже до того, что встал вопрос об их элементарном выживании в качестве этноса, так как пить стали и женщины (а кому рожать тогда?), старейшины и духовные руководители категорически стали запрещать применять спиртные напитки, рекомендуют вместо водки свои народные традиционные безалкогольные напитки, благо рецепты их сохранились в памяти народа и в быту. Сразу появились и производители этих напитков и предприниматели, организовавшие их доставку до всех селений, где проживают сородичи.

ОКОНЧАНИЕ
НА СТР. 21



чется больше употреблять эту хмельную отраву! Слухи об этом движении быстро распространяются по регионам и достигают крупных городов и мегаполисов. Средства массовой информации, сначала «жёлтые», а потом и более серьёзные, сами того не подозревая, способствуют распространению хороших новостей. Они описывают и показывают, что те, кто бросил пить, объединяются в группы помощи «тем, кому трудно бросить», они начинают чувствовать себя уверенно, чувствовать в себе интерес к жизни, твор-

ОКОНЧАНИЕ.
НАЧАЛО НА СТР. 20

Как нам обустроить жизнь?

В сёлах, деревнях и небольших поселках, где смысл жизни был потерян вместе с работой с начала «реформ и перестроек», люди, бросившие пить, вдруг почувствовали тягу к возрождению народных ремёсел самых разнообразных. Это и кузнечное дело, и гончарное ремесло, и бондарное, и лозоплетение, и плетение из соломы, трав, камыша и др. природных материалов, плотницкое и столярное искусства, обработка камня, валяние шерсти, обувное дело, праздничная, обережная и орнаментальная народная вышивка, ткачество из природных материалов – льна, крапивы, конопли, искусство выращивания садов и вообще земледельчество, народное кулинарное искусство и много-много других полузабытых, но таких необходимых и востребованных дел, результаты которых к тому же вдруг стали востребованы в близлежащих городах. Это движение быстро стало разрастаться под руководством активных ребят из родовых поселений, превращая колхозные рынки в огромные бурлящие жизнью ярмарки с песнями, плясками и неистово льющим оптимизмом жизни. И как-то незаметно, будто так и было всегда, селяне перестали пускать палы по пастбищам, приводящие раньше к бедственным лесным пожарам, и перестали заниматься воровством леса, выгнав оттуда всех временщиков, пытавшихся построить свое благосостояние на том, что принадлежит всем.

Предприятия и концерны, производящие тысячами тонн бутылки с зелёным змием, сначала резко стали терять в прибылях, а затем и просто разоряться, несмотря на огромные средства, вкладываемые в рекламу, так как не только их продукция перестала на-

ходить спрос, но и сами работники предприятий в массовом порядке стали увольняться. Некоторые наиболее предприимчивые владельцы переориентировали свои производства на изготовление лекарств или просто в линии по розливу чистой родниковой или питьевой воды из льда, дефицит которой за последние годы только усилился.

Это движение коснулось и других стран. Иностранцы, приезжавшие в Россию и видевшие такое, в удивлении, замешательстве и с некоторым неудовольствием возвращались домой и стали пытаться влиять на власти с требованиями запретить продажу алкоголя в своей стране. Волна обратной миграции коснулась тех стран, куда уезжали в поисках «счастливой жизни» наши соотечественники.

В тех регионах, где было развито выращивание винограда, фруктовых деревьев и ягодных кустарников на производство вина и спирта, без особых трудностей население перешло на другие способы переработки плодов. Основными видами деятельности теперь здесь стали производство сухофруктов, сушёной и мороженой плодово-ягодной продукции и живых соков, способных без консервирования и потери каких-либо качеств долго храниться. Технология приготовления ритмических продуктов и другие передовые способы позволили им также найти возможности переработки жмыха плодов в прекрасные живые джемы, конфитюры, пастилу, повидла и конфеты с сохранением всех органических веществ в полезной и лечебной для организма человека и животных форме. Часть продукции пошла на приготовление природных удобрительных и стимулирующих добавок в

сельском хозяйстве.

Самое удивительное стало происходить на наших дорогах. Пьяных-то за рулём не стало! И число аварий по этой причине резко сократилось, дорожно-патрульная служба вздохнула спокойно, занявшись больше профилактикой, чем обнаружением и поимкой нарушителей.

Вся страна будто встрепенулась ото сна, и жизнь забурилась в полную силу, постепенно набирая обороты. Начали сбываться мечты-картинки, которые хорошо описаны в книгах Владимира Мегре о будущем России и мира: о счастливой жизни людей у нас и в других странах, о задачах по преобразованию огромных арсеналов оружия, накопленного человечеством, об удивительных открытиях в самых разных областях знания, идущие на исцеление и очищение Земли от загрязнений, и о многом, многом другом...

Это образ-мечта. И как мечта, безусловно, сбывается, когда человек начинает делать шаги по её воплощению, так и этот образ-мечта непременно начнёт сбываться с первых шагов по его опубликованию и принятию всеми читателями. Именно образы правят миром, и все люди так или иначе жили, а кто-то и сейчас живёт по образам, составленным для них кем-то другим. Изменить нынешнюю ситуацию мы сможем легко, если поменяем свои образы. Чем больше мы будем размышлять о вышеописанной образе здоровой России и мира, и говорить о нём с другими людьми, чтобы они тоже поддерживали его своей энергией мысли, тем быстрее наступит оно, это замечательное время.

Сергей Тужилин

ОБРАЗ БИОДИНАМИЧЕСКОГО КЛУБА «ГАРМОНИЯ»

На майском заседании прозвучала расшифровка образа нашего биодинамического клуба «Гармония», исходя из которой была сформирована и основная идея клуба.

Если учесть, НАВЬ – это НАдежд Воплощение, то можно сказать так:

Гармония – огонь творчества абсолютной радости, материализующий (дающий в результате) воплощение образов всех наших надежд.

Или, в коротком варианте:

Огонь творчества, дающий желаемый результат.

Идея клуба «Гармония» –

**НЕТ ПРЕДЕЛА ГАРМОНИЧНОМУ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ЧЕЛОВЕКА!**

Г Огонь творчества
А Абсолютной
Р Радости
М Материализующий
О Образы
Н Нави
И
Я

Важная информация!

Заседания клуба «Гармония» теперь будут проходить по-прежнему каждый первый **понедельник** месяца, но **по новому адресу**: г. Иркутск, ул. Клары Цеткин, 13а, здание ДК Им. Горького (Всероссийское общество глухонемых), ост. Шмидта (если ехать на маршрутках и автобусах №3, 18, 77, 88, 90, 99 и др.), ост. Грибоедова (если ехать на трамвае №1).

Фонд развития биодинамики в Сибири

(добровольная финансовая помощь)

Реквизиты Иркутского ГОСБ №8586/020
ИНН 7707083893
БИК 042520607
К/с 30101810900000000607
КПП 380802001
У/с 30301810718000601835
Л/с 42307810018350906215
Тужилина Ульяна Сергеевна

ИРКУТСКИЙ БИОДИНАМИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

Адрес для писем: 664017 г. Иркутск, а/я 215; Тужилиной Ульяне Сергеевне

Электронная почта: bdsib@land.ru

Сайт в Интернете: www.biodynamics-sib.narod.ru

Центр продаж, связи и информации: г. Иркутск, рын. «Русиновский», нав. 9б.

Клуб земледелия: «Гармония»

Наши представители

✉ г. Ангарск (Иркутская обл.), Секция БД земледелия при клубе «Надежда». Адрес клуба: ДК «Современник». Людмила Ивановна Ермакова

✉ г. Ухта (респ. Коми), клуб «Биодинамика». Мария Васильевна Бочкарёва

✉ г. Томск (Томская обл.), Центр природного земледелия «Сияние». Евгений Александрович Анохин, тел. сот. (для томичей) 22-39-31, для других +7-903-955-3931. Адрес магазина в Томске: пер. Карповский, 6. E-mail: vedena@inbox.ru

✉ г. Воронеж (Воронежская обл.), Клуб органического земледелия. Наталья Михайловна Белова, тел. дом. (4732) 25-33-97, сот. (4732) 94-24-00

✉ п. Чунский (Иркутская обл.). Адрес клуба: ул. Ленина, Центральная библиотека, тел.: (8 395 67) 2-11-70. Сбор в последнее вс месяца зимой,

последний пн месяца летом. Шамшур Любовь Николаевна, тел. 89085453377.

Также БД объединения имеются **В СЛЕДУЮЩИХ ГОРОДАХ**:

✉ г. Усть-Кут, Иркутская обл.

✉ г. Пермь, Пермская обл.

✉ г. Каменск-Уральский, Свердловская обл.

✉ г. Калининград, Калинингр. обл.

✉ г. Санкт-Петербург

✉ г. Н. Тагил, Свердловская обл.

✉ г. Якутск, респ. Саха

✉ г. Оса, Пермская обл.

и другие.

ПОДРОБНАЯ АНКЕТА:

→ Название объединения

→ Адрес, телефон

→ E-mail, www

→ Сколько лет занимаетесь биодинамикой

→ ИОФ представителя, тел.

→ Кратко о деятельности БД объединения (тем, кто связывается с нами впервые)

РАСПИСАНИЕ**ближайших
заседаний клуба
«Гармония»:**

7 ИЮЛЯ, пн

4 АВГУСТА, пн

Примерные темы:

1. Новости, события в мире и теория биодинамики;
2. Биодинамическая практика;
3. Питание с точки зрения биодинамики;
4. Исцели себя сам.

Заседания клуба «Гармония» с марта 2008 г. проходят с 17-00 до 19-30 **по новому адресу**: г. Иркутск, ул. Клары Цеткин, 13а, в здании ДК Им. Горького (ост. автобусов и маршруток «Шмидта», ост. трамвая «Грибоедова»).

Перед заседанием можно приобрести:

- ✦ календарь М. Тун «Посевные дни»;
- ✦ биодинамические препараты,
- ✦ динамические травы,
- ✦ литературу, газету «Живая земля»,
- ✦ продукты пчеловодства (пергу);
- ✦ косметические и лекарственные средства;
- ✦ некоторые продукты с поместья Тужилиных по наличию (сушёные грибы, чай из сибирских трав и т. д.)

Продажа проходит до начала заседания (с 16-20 до 17-00) и после окончания (с 19-30 до 20-00).

Телефон для связи по работе БД клуба «Гармония» в г. Иркутске: 59-96-61.

Галина Райнина

МЕСТО СТАРОЙ ГРУШИ

(социально-педагогическое сочинение)

Галина Васильевна Райнина – социальный педагог, психолог. Много лет занимается работой с родителями, консультирует семьи, читает лекции по вальдорфской педагогике, социальной педагогике, психологии. Мать троих взрослых детей; бабушка двух внуков. Две старшие дочери учителя в вальдорфских школах.

Начало её книги мы начали публиковать в предыдущих номерах «ЖЗ». Полностью сочинение «Место старой груши» можно найти в Интернете: <http://bdnsteiner.ru>. Если у вас есть вопросы автору, пишите ей по адресу: а/я 115 г. Сочи Л-200.

(ОТРЫВОК)

Книга Первая «20 лет учиться» (от рождения до 20 лет)

ГЛАВА 3 – ДЕТСТВО

Условия

Ступень 1: время до рождения

Ступень 2: от рождения до 2,5 лет

- О закаливании
- Об игрушках

Ступень 3: от 2,5 до 5 лет

- О детских садах
- О питании

Ступень 4: от 5 до 7 лет

- Одежда ребёнка
- О влиянии вещей

Радость-то какая! Ребенок родился!

У Вас – девочка! У Вас – мальчик!

Человек родился!

Человек пришел в этот мир – жить! Это его выбор – жизнь!

УСЛОВИЯ

Вот где стоит говорить об абсолютной свободе выбора.

Мы рассматриваем развитие ребенка от рождения до того, как начинают меняться молочные зубки. Деление на ступени очень условное. Тем не менее, есть в развитии малыша эти ступени!

Ступень 1: от рождения до 2,5 лет.

Ступень 2: от 2,5 до 5 лет. Ступень 3: от 5 лет до 7 лет.

Что общего можно сказать об этом возрасте?

1. Ребенок приходит с абсолютным **ДОВЕРИЕМ** в жизнь, к этим людям. И, если правильно отнестись к его воспитанию, то ни страхов, ни болезней, ни неврозов не стоит опасаться.

2. Основой для взаимоотношений со взрослыми становится **ПОДРАЖАНИЕ**. Очень важно понимать два момента.

Первый – подражают не только папе и маме. Если бы! Сестрам (А у них - возрастные ступени!). Бабушкам и дедушкам (А у них-то тоже!). Соседям, продавцам в магазине, телевизору и т. д.

Второй момент – подражает малыш не столько поступкам, действиям, сколько чувствам, мыслям. А это уже – серьезно! Можно «играть» в приличную семью и, тем самым прививать ребенку лицемерие, двуличие, тревогу. Можно, наоборот, хотеть и делать личные ошибки, но быть чисто плотным, стремиться к доброте и взаимопониманию и этим улучшить общее положение.

3. Для малыша важны традиции семьи. **РИТМ ЖИЗНИ**. Это не режим, который по часам отслеживается. Сюда относятся и климат семьи, и общие дела, и традиционные праздники. И, естественно, ритм сна и бодрствования, активности и отдыха. Если в семье есть, например, такая проблема – трагический родственник. То, в интересах ребенка и его доверия к нам, следует на это время развития малыша – изолировать.

4. Самой благоприятной обстановкой для развития в эти первые семь лет является состояние **РАДОСТИ**, исходящей от окружающих его людей. Поэтому еще до зачатия следует подумать о том, что приносит радость нам самим. Как нам жить – в радости. Очень часто молодые думают – есть ли недостаток, есть ли квартира, хороша ли работа и прочие, важные, конечно вещи, но для ребенка не несущие никакого блага.

5. Основным человеческим качеством в развитии выдвигается – развитие **ВОЛИ** ребенка. Это означает, что до семи лет, не надо его ничему научать созна-

тельно, из своей воли. Через подражание он, необременительно для здоровья, примет то, что ему необходимо. И оставит без внимания то, что присуще вам. Далее в жизни человек, воля либо будет, либо придется постоянно делать усилие для преодоления душевной лени, пассивности. А это – болезни, недомогание, неудовлетворенность.

6. Принцип **ПРИРОДОСООБРАЗНОСТИ**.

Его следует понимать так, что все природное, естественное, натуральное – полезно. Все остальное – вредно! Да, оно есть. Но, в наших силах свести к минимуму вредное воздействие: телевизор, радио, компьютер, комиксы, разукрашки. Эмоциональные, стрессовые ситуации. Загрязненность воздуха, воды, влияние электрического света и других излучений. Некачественная, или вернее, неживая, фасованная пища с консервантами, красителями, ароматизаторами. Оградить малыша от вредных, злых мыслей, недобрых чувств, отвратительных действий...

7. **ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ** не сдерживается никогда! Ни при каких условиях! Развитие мышления, умственное развитие начинается в движении.

Итак, в первые семь лет, развивается, адаптируется к нашим социальным условиям физическое тело. Все органы, системы до семи лет приспособляются к нашей жизни. Если мы хотим, что бы ребенок был здоров (в рамках своей судьбы, конечно), то нам не следует мешать. **НЕ НАВРЕДИ!** А как нам знать, в этот ли момент развиваются ... почки? И что мы можем предложить этим маленьким почечкам для развития?

Перечисленные выше семь условий являются необходимыми и достаточными для гармонического развития организма человека в первом семилетии.

О том, что «нельзя»

Нельзя ... говорить ребенку «нельзя»! Такой вот совет. Не травмируйте психику запретами и страхилками. Потихоньку все проявится. Ему все – можно. Он познает так мир. Это нам – нельзя. Нельзя помещать ребенка в четырех стенах. Нельзя кормить его всякими консервантами – ароматизаторами. Нельзя

при нем ругаться. Нельзя включать телевизор и компьютер. Нельзя лгать... Нам можно – быть добрыми. Нежными. Радостными.

Ну уж если... Три «социальных нельзя» – введем. Первое. Нельзя наносить вред другому человеку. Второе – нельзя причинять вред себе. Третье (ну очень условное) – нельзя портить дорогостоящие вещи. Лучше уберете, если можно, их повыше и подальше.

Вот и все. Остальное, зато – можно. Тогда малыш ... болеть не будет! Что ему болеть-то, если все хорошо. Мама – папа рядом и радостные. Так он и будет расти и развиваться гармонично.

Конечно, есть определенные ориентиры.

1. Прежде всего – то время, которое – до рождения. Вот ведь рождается человек, головкой! И начинается развитие далее.

2. С рождения лет до 2,5 – развивается преимущественно нервно-чувственная система.

3. С 2,5 лет примерно лет до 5 – развивается ритмическая система, т. е. системы дыхания и кровообращения.

4. С 5 лет до 7 лет (начало смены молочных зубов) – система обмена веществ и двигательный аппарат.

СТУПЕНЬ 1: время до рождения

До рождения с момента зачатия проходит примерно 9 месяцев.

***Моя младшая дочь решила родиться раньше. Подняла маме давление, усилила тонус мышц, вывела «лишний» белок. И родилась (родила – себя!) – восьмимесячной; абсолютно развитой на момент рождения.

Поэтому, говорить о какой-то норме или «так должно» для человека – не имеет никакого смысла. Об этом говорим мы и здесь, а планируем жизнь мы, но ... ТАМ...

Там и тогда, когда «планируется» жизнь – мы и мыслим по-другому.

Как мышление ребенка отличается от мышления мудреца; как понимание мира... муравья отличается от понимания мира человеком.

Выбирает человек жизнь из бытия до рождения и до зачатия, даже – пару, у которой хочет жить, и страну, и нацию, и язык, на котором будет говорить.

МЕСТО СТАРОЙ ГРУШИ

(социально-педагогическое сочинение)

ПРОДОЛЖЕНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 23

Выбирает все то, что необходимо ему для судьбы.

Мудрость Вышнего мира такова, что все судьбы, все события, все наши выборы, все это сплетается в жизнь поколений, эпох.

И вот, в это готовое пространство, происходит зачатие. Да, с этого момента отсчет жизни пошел.

Благоговение матери и отца перед свершившимся фактом зачатия, выбора человека – вот состояние, наиболее благоприятное для беременности.

Никаких особых условий не надо. Что хорошо для будущей мамы, то хорошо и для человека в ее чреве.

Есть исследования о безусловном вреде УЗИ. И к этому стоит прислушаться – не может быть безвредным целенаправленное облучение. Об этом есть и серьезные исследования.

Так же стоит серьезно относиться к родам. Допустим, условия в роддоме можно ...купить. Но климат, атмосферу родного дома? Многие мои знакомые молодые люди рожают в домашних условиях. Моя средняя дочь внучку родила дома и ей уже больше года. И все, что можно было избежать – искусственно, чуждого, неверного – родители сделали. А как иначе? Ребенок с доверием приходит именно к ним. Как же не подумать о том, что ему лучше.

Видите ли, если мы о чем-нибудь подумаем, то мы обязательно поймем, разберемся. Надо только – подумать! Давайте подумаем, как рождается ребенок и какие условия он получает в роддоме. Атмосфера. Ну, естественно, разная. Однако, в большинстве – все то же. Суега, врачи со своими проблемами, нехватка средств и т. д. Так. Стимулирующие средства. Разве это полезно ребенку? У него свой путь в жизнь, свой темп. Или, наоборот – успокоительные. Далее, момент родов. Что говорят акушеры, иногда, роженице? Какие звуки вокруг? А свет, ярчайший, который отовсюду? Это ли должно встречать новорожденного? И вот он, родился. Зачем сразу перерезать пуповину? Если он еще и дышать-то не умеет. Пусть пока полежит у мамы на животике, отдышится, через пару минут – и спо-

койно сделать этот шаг. Сколько бы проблем избежали! Что далее? О! Моют. Под краном (условно, конечно – но не в живой воде...). Потом – взвешивают. Голенького... Нет, вы только представьте себе – новорожденного человека. Из совершенно комфортных условий – в такие, ... жесткие. Потом – заворачивают в пеленки. То, что это не багист – ясно. Хлорированные, стерилизованные... Так и головку пеленают! А если – туго? А если – складки? А головка-то самый нежный орган. До нее и дотрагиваться год, как минимум, нельзя... Затем – первая прививка! (Вы не задумывались, почему в наше время практически, у всех детей не диатез, так аллергия? А вы – задумайтесь... Может наши дети «не хотят жить» в таких... жестких условиях?) И еще – не все. Теперь – закапывают в глазки... Что бы не попала инфекция...

Как вам – страшилка? Это я еще смягчала...

А малыш-то приходит к нам с доверием! Откуда он приходит? Из мира сверхчувственного, т. е. недоступного нашим обыденным органам чувств. Это отдельная тема, о том, как и что происходит там, в сверхчувственном мире. Надо сказать, что сейчас много литературы, и не только, эзотерической посвящено рассказам о Том Мире... Как быть? Я читала книги Рудольфа Штайнера, других антропософских авторов. Я склонна им доверять потому, что те практические инициативы, которые я знаю – заслуживают доверия и уважения. Вот некоторые:

Это – **антропософская медицина**, которая считает, что болезни человека от разгармонизации высших членов – «Я» и астрального (тела души). И, соответственно, надо гармонизировать их, а не следствие... И многие люди находят помощь при совершенно неизлечимых, с точки зрения классической медицины – болезнях.

Это – **вальдорфская педагогика**, о которой речь шла выше. Педагогика, которая оставляет пространство для свободного развития человека.

Это – **биодинамическое сельское хозяйство**. И овощи, и фрукты имеют не только чудесный вкус – но являются целебными.

Значит та философия, которая лежит в основе – правильная. Значит, те исследования, которые проводятся людьми, имеющими способности, в сверхчувственном мире – верные. Значит, действительно, свою судьбу протраивает сам человек, находясь там, в сверхчувственном мире. Одновременно со многими людьми и сверхчувственными существами. Поэтому – столь много «случайностей»! Да, не случайности это! Это все необходимо для развития.

Когда мы описываем возрастные ступени развития человека, нам приоткрываются некоторые духовные истины. Я описываю несколько упражнений. Можете, не дожидаясь завершения сочинения, прочесть основные книги Рудольфа Штайнера, что бы сформировать свое мнение. «Как достигнуть познания высших миров» – одна из первых моих книг.

СТУПЕНЬ 2: от рождения до 2,5 лет

Основные годы человека. Поднимает головку, останавливает, фиксирует взгляд, садится, ползет, встает, делает шаг, начинает говорить, ходит. Все это – человеческое.

Все силы, имеющиеся у человека, идут на формирование и адаптацию нервно-чувственной системы. А именно – чувства: слух, зрение, осязание, обоняние, чувство тепла и др. Нервную систему: головной и спинной мозг, нервные волокна, рецепторы ...

Если на что-то другое отвлечь силы, что ж, ребенок нам доверяет. Но за счет чего? Зрение пострадает? Нервная система? Как проявится это и когда?

Стоит ли тогда, с такими-то жертвами, учить его, допустим, считать? Зачем сейчас?

Или, допустим же – учить ходить? А зачем учить-то? К спеху ли? Куда мы опоздаем?

А как же тогда? А что же тогда?

Вот то-то и оно, что следует просто самим жить радостно! А как же иначе, если у нас такой необыкновенный малыш?

Принимаем во внимание семь условий: **ДОВЕРИЕ, ПОДРАЖАНИЕ, РИТМ ЖИЗНИ, РАДОСТЬ, ВОЛЯ, ПРИРОДОСООБРАЗНОСТЬ, ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ**. И девиз: «Не навреди!» Вот это и

есть самые благоприятные условия для развития нервно-чувственной и кровеносной системы у ребенка.

Может быть, для развития чувств создать возможность общения со всеми стихиями: огонь, вода, воздух, земля! И со всеми земными сообществами: минералами, растениями, животными (на самом деле это и есть – признак природосообразности...).

Для развития нервной системы – особенно щадящую обстановку, в плане эмоциональных и стрессовых нагрузок.

Ребенок от рождения представляет собой как бы единый орган чувств, где пока, нет четкой дифференцированности на зрение, слух, осязание, обоняние, ощущение... Любое воздействие – это единое воздействие на весь организм. Резкий звук, сильный эмоциональный всплеск, яркая краска, сильная жара или холод, электрический свет – действуют на организм, как потрясение! Происходят микротравмы, микросотрясения головного и спинного мозга, микроконтузия. Мы можем представить себе человека взрослого, попавшего, допустим, под взрывную волну и получившего контузию. Это, при видимой внешней целостности, глубокая внутренняя разбалансировка, требующая в последующем долгого восстановительного периода...

Что же, мы можем представить, что происходит с неокрепшим, неподготовленным организмом ребенка и, главное, какие последствия мы... планируем, подвергая его этим микротравмам.

Кроме этого, мы уже знаем, что развитие ребенка от рождения до 2,5 лет, влияет на то, что будет происходить с юным человеком от ... 18 до 20 лет. Сможет ли он быть цельным, противостоять искушениям и соблазнам мира? Как его нервная система справится с стрессами и искусственным воздействием внешнего мира? Сможет ли он тогда ощутить надежду на справедливость и участие? Если здесь, в раннем детстве, перенес микросотрясения и не смог сформировать адаптированную к миру нервную систему? А что будет с его чувствами? Да и будут ли они...

МЕСТО СТАРОЙ ГРУШИ

(социально-педагогическое сочинение)

Как важно нам, взрослым, создавая условия для развития ребенка, действительно действовать в интересах человека!

О закаливании

Итак, дорогие друзья, перед нами вопрос – как относиться к закаливанию? Ребенок в начальные годы жизни – единое чувствующее существо. Так. Если мы решаем облить его холодной водой, то мы, прежде всего, делаем стресс для всего организма! Какие органы и системы в это время развиваются? На счет чего мы спишем такое... наше желание?

Надо знать, что у психологов появился термин «облитые дети». Есть наблюдение, что дети, которых обливают в раннем детстве, социально неуправляемы. Они не понимают различия между «хорошо и плохо», «можно и нельзя», «надо и не надо». Таким деткам довольно сложно быть в коллективе, среди ровесников. Тяжело найти свое место в школе. Про них, иногда и так, говорят – «русского языка не понимает...».

Из статистики – детки, подвергшиеся в детстве процедуре закаливания, болеют не меньше... Так стоит ли? Такой-то ценной... Если нет особых показаний, то нет необходимости и в массаже, и в гимнастике, и в бане – сауне...

Зададим детский вопрос – **ЗАЧЕМ?**

Каков ответ?

Мы можем с Вами руководствоваться при выборе действий, задавая себе почаще этот вопрос «Зачем». Если ответ «социальный» – так надо, приличия, написано, я лучше знаю... Или еще – «не знаю», «просто так», «не думал»... То зачем руководствоваться такими основаниями? Задайте вопрос – «Зачем» и, если ответ – ради здоровья ребенка! То и руководствуйтесь этим. Только перед этим разберитесь, что вы понимаете под здоровьем ребенка! (книга 2, глава 2 «О здоровье и нездоровье»).

Да вот это – главное! До рождения ребенок был в самых лучших условиях! А именно – Тепленько! Темненько! Сытненько! Мокренько! Уютненько! (небольшое пространство).

Пусть мы, создавая условия для развития, постараясь придерживаться

того, от чего он пришел.

Тепленько! Это значит, что ему, малышу, всегда должно быть тепло. Особенно ножки и ручки. Значит – колготочки и рубашки с длинным рукавом. Теплые носочки. Знаете, как я лечила ОРЗ? Одевала на ночь: носочки теплые. Рукавички. Шапочку на головку. И все.

А вот жару в квартире детки переносят плохо. Чуть пробежали – краснеют. Это – сигнал. Пусть в квартире будет не очень жарко. Просто, если прохладно, оденьте еще шерстяные штанишки и кофточку.

Темненько! Это значит – дневной свет. По возможности, электрического не включать. Утром – с солнышком вставать. Вечером – с солнышком ложиться. Когда недомогает малыш (на зубки – лихорадка, например), то надо занавесить и окна от прямого солнечного света. Чтобы глазки побережь. И не включать никаких «шумовых» приборов. Чтобы ушки побережь.

Сытненько! Об этом особо будем говорить чуть ниже, но ясно одно – естественное питание. Кашки, овощные супы. Молочные продукты. Вода – по желанию. Яблоки – по желанию. Вот меню нашей 1,5 годовалой малышки.

Утро – яблочко, если сама возьмет. Кашка варится. Подготовка к трапезе. Кашка (по дням недели) с маслом и молоком. Если не хватило, в молоко размяли хлеб (ржаной, дрожжевой).

Обед – после прогулки. В любое время года – прогулка. На обед – овощной суп. Кабачок, морковь, свекла. (Или – тыква. И еще – цветная капуста). Подсолнечное масло. Хорошее – биодинамическое. С сыром – потерли на терочке. Иногда – немного хлеба.

Полдник. Творог, перемешанный с молоком. Банан. Или – изюм. Если возьмет – яблоко. Припеваешь теплой водой. Вода всегда стоит в кружке. Пьет, когда ей надо.

Ужин. После прогулки. Каша. Молоко. Маслище. Хлебшек. Иногда что-то даем перед

сном. (Стул – два раза в день. Это важно.)

Мокренько! Это, в наших условиях, значит, что воздух будем увлажнять. При паровом отоплении – воздух очень сухой и провоцируются некоторые болезни. Увлажнителем. Или – на батарее развешивать мокрые полотенца.

А вот насчет купания – надо подумать. Если нет хорошей воды – то лучше не купать часто. Как можно реже. Не такие уж они и



грязнули. Зато не будем смывать естественную смазку, которая выделяется лет до 2-х и предохраняет кожу да и весь организм от инфекции.

Уютненько! Детки были у мамы в чреве в очень небольшом пространстве. Так и мы будем делать им на сон – гнездышко. Им там уютненько! И так надо устроить пространство детского уголка, чтобы или – полог сверху, или – какими-то ширмочками отгородить от общей комнаты. По-возможности, используйте овчину. Чесаную шерсть. Шерстяной плед. Подушки набейте шерстью. Спальный мешок – простелите шерстью. Кроме тепла, шерсть несет еще хорошую энергию, сохранность. Если, кстати, болит животик – надо прямо на тельце положить клочок нечесаной и немойтой шерсти. Очень помогает.

А теперь определим – как нам в это детское пространство «вписать» закаливание? Да, никак.

Об игрушках

В логике повествования сказать, что игрушки следует делать самим. Из естественных материалов. Не стилизованных.

В раннем возрасте, они – игрушки, как таковые, не нужны. Развивается нервно-чувственная система. Для развития чувств – необходимы многие факторы.

Они и будут, на первое время «игрушками». Вообще, слово – игрушки – слово взрослое. Дети – играя, живут. У них и отношение, и смысл того, с чем они действуют. А мы, взрослые, видим в том – игрушку. Почему? Потому, что не несет сей предмет функциональной нагрузки. Для развития необходимо возиться деткам в песке, с галькой, веточками. С большим удовольствием копаются они в мешочках с любой крупой. Очень любят плескаться, «стирать» и пр. Мы всегда помним – ничему учить не надо. Купайтесь, варите кашу, стирайте, собирайте овощи. И это станет сразу предметом исследования. Не округляйте глаза, если малыш будет рассматривать, потом перетирать, а то и попробует – ...сліз на пне! Или – грязь в луже! Не волнуйтесь, козленочком не станет... Но необходимое для себя получит. Позднее – вами шитые куклы. Платки – цветные, разные чурбачки, щепки, досточки. Которые можно разложить, сложить и пр.

Затем, собственно – игрушки. Но – какие! Деревянные! Если можете – вырезайте сами. Нет – так сейчас есть в продаже все. Неокрашенные. Нешлифованные. Свистульки. Народные – которые двигаются.

Зверушки. Только мышка должна быть – маленькая и серенькая. Зайка – побольше и беленький или серенький. Лиса – еще больше и рыжая. А медведь так и вовсе большой и коричневый. Звери должны быть похожи на ...зверей. Никакой стилизации.

И еще – игрушек «в округе», где ребенок проводит время желательнее, чтобы было ну... три, допустим. И так недели две. Потом – одну игрушку добавить. А через пару дней, одну убрать. И так – неделю. Садитесь сами – и, если хотите и можете, сами играйте с игрушками. А ребенок – пусть смотрит. Не вовлекайте его. Сам, когда время подойдет – все освоит.

Очень большой объем «игрушек» ... на кухне! Это все: начиная от кастрюль и ложек, и все прочее: картошка, морковь, скалка и т.д. Опять – учить не надо. Сами все делайте как всегда. А он, малыш, определится, что сейчас ему важно. Буквально сегодня наша малышка (1,5 года) после мытья посуды, когда она только ручки подставляла под воду, еще 20 минут переливала воду из одной пилалки в другую.

МЕСТО СТАРОЙ ГРУШИ

(социально-педагогическое сочинение)

ПРОДОЛЖЕНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 23-25

Тут важно нам – ничего не комментировать, не объяснять и ничего не делать. Стоять рядом и ... молчать. Пока она не даст знать, что все, действие ее завершено.

Протереть ручки, выключить воду. И все. И, имейте ввиду, завтра будет также!

Основные игрушки, конечно, на улице. Пусть играют тем, что окружает. Самый сложный вариант игры на улице – это всякие детские песочницы и площадки. У кого-то что-то есть... все – яркое. Как тут без запретов? А как – придерживать естественности? А как – не мешать, не вносить своего? Не вы – так другая мама... Да...

Думайте сами... Решайте сами... **Зачем** вы ведете ребенка на эту песочницу? **Зачем** вы направляетесь на эту площадку?

А **зачем** вы идете с ребенком в магазин? Там ведь тоже «игрушки» для него. Да и пример – других детей. «Дай то! Дай это!»

Давайте попробуем решать наши взрослые проблемы в пользу ребенка!

СТУПЕНЬ 3: от 2,5 до 5 лет

Развитие ритмических систем. Таких систем, в основном, две. Дыхание и кровообращение. Дыхание: верхние дыхательные пути, бронхи, легкие. Кровообращение: сердце, кровеносные сосуды, капилляры...

Итак – 7 условий! **ДОВЕРИЕ**, **ПОДРАЖАНИЕ**, **РИТМ ЖИЗНИ**, **РАДОСТЬ**, **ВОЛЯ**, **ПРИРОДОСООБРАЗНОСТЬ**, **ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ**. И девиз: «Не навреди!» Особое внимание здесь на **РИТМ ЖИЗНИ**. С самого рождения, а в эти годы обязательно – сбалансированный ритм сна и бодрствования. Ритм питания. Ритм одевания. Ритм дня...

В этом возрасте очень важно, что бы все было на своих местах. И одежда на стульчике лежит аккуратно, в том порядке, в котором надо одеть и она так лежит всегда. И чашка, и кружка – на том же месте. И шарф – всегда красненький! И сказка на ночь – одна и та же.

Движение. Одежда, не стесняющая движений, но и не «на вырост». Это – невероятно важно, т. к. развивающиеся органы зависят от того, какое сдавливающее, нормальное, или «неудобно большое» вокруг... Обувь – удобная, кожаная или тканая.

И совершенно невозможно такое обращение: «Да посиди ты хоть полчаса спокойно!». Это, все – равно, что сказать: «Ты, капиллярчик, временно не развивайся, не функционируй!»

Причем разговор идет о движении – на свободе! Парк, лес. Постоянно двигаться в 4-х стенах даже взрослые не выдерживают. А уж ребенок – «зверееет!». Энергия стен, столов, стульев, шкафов, портьер, дверей, ковров... – отталкивает его, и движения становятся резкими, неуправляемыми. А – сам он – гиперактивным. Раздражительным, капризным, резким.

На свободе-то, о-го-го! Прыгать – задерживать дыхание. Бегать – дышать часто. Нырять, плавать. Кататься по траве. Да, в лесу-то, нет и проблем – занять себя...

О детских садиках

У ребенка до 7 лет и у мамы – общая аура! Чем меньше «разрывов» – разлук, тем лучше.

Однако следует учитывать то, что по закону мама имеет оплачиваемый отпуск только до трех лет малыша. Т.е. может ухаживать за ребенком без перерыва в трудовом стаже. Значит, социальная необходимость – открытие садиков. Таким же социальным «условием» работы мамы является недостаточный материальный уровень семьи. Значит, садики – необходимы.

Но – какие? В вальдорфских детских садах шадящий подход к становящему физическому телу ребенка и развивающемуся жизненному телу. Т. е. без давления, без интеллектуализированных программ, без всех тех «надо» и «нельзя», которыми наполняет жизнь малыша современный мир.

Только **через подражание** знакомятся дети с миром красок, лепкой. Водят хороводы, играют в ритмические игры, совершают небольшие путешествия. Туда, куда смогут пойти ножками и вернуться. Участвуют в театрализованных представлениях, постановках кукольного спектакля. Выпекают свои первые пирожки и угощают гостей. Наряжаются. Играют с чурбачками, шишками, листовой... Строят свои шалашки и прячутся там. Слушают ежедневную сказку... Участвуют в трапезах. И через подражание учатся себя самодобслуживать...

Немаловажно, чтобы отношение взрослого к ребенку было

радостным, несуетливым.

Контакт воспитателя и родителей, приводит к тому, что дети перестают болеть, становятся контактными и приобретают первые навыки нахождения среды ровесников. Детский сад – это игра для ребенка! Радость общения – для взрослого. Важно питание. Во все годы детства. И отрочества. И – юности...

О питании

С самого начала определим, что питание, пища – это не «строительные кирпичики» для организма. **ЭТО ЭНЕРГИЯ** для развития!

Основной подход – естественное, натуральное.

В младенчестве – грудное молоко. Есть наблюдения, что грудное кормление длится столько же, сколько ребенок был в чреве матери. Т. е. – 9 месяцев. Причем до 6 месяцев, вообще – никакого прикорма! А затем, в зависимости от времени года – овощи, фрукты, каши. Нележалые овощи и фрукты. Каши из необработанных зерен. Можно – раздробленных.

К 9-10 месяцам ребенок уже сам отдает предпочтение другой еде.

Итак: овощи, фрукты, зерновые, молоко и молочные продукты (желательно от коровки, а не от магазина. А если – от магазина то те, которые ... быстро портятся, т. е. мало прошли обработки и еще могут испортиться). Хлеб – не самое главное. Но, если предлагаете, то ржаной. Пшеничный – по воскресениям.

*** Из своего опыта. Опыта перехода внучки от грудного кормления. На каждый день недели готовится особая, «своя кашка». Ее ест внучечка и утром и вечером. Добавляем сливки или молоко, маслице. Не соленая, без сахара. Без заправки чем-то. Без хлеба.

А в обед – овощное – пюре, или «борщ»: кабачки, морковь, свекла. Заправляется специальным растительным маслом. Ест с хлебом. Мама его сама выпекает из ржаной и пшеничной муки. На медовой закваске, т. е. – без дрожжей. В полдник – творожок со сливками. Добавляем немного изюма, или банана. Яблоко – сколько хочет и когда хочет. Иногда делаем компот из яблок. Пьет столько, сколько хочет, в промежутках между едой. Стоит кружка с водой, подбежит сама – сделает пару глотков.

Солнце, планеты особо воз-

действуют на все, что живет на земле. Особое влияние, накопление энергии происходит в разных злаковых, травах. Т. к. такое же влияние получает и человек, то если он, допустим, в воскресенье, ест кашку из пшеницы и пьет чай из листьев крапивы, то его организм находится в наиболее благоприятных условиях.

Организовав такое комическое питание – результат увидим сразу же. Ребенок всегда сыт! Животик – не болит. Не урчит. Нет проблем со стулом.

Вопрос о меде

Лучше после семи лет, т. к. мед очень концентрированный, «умный» продукт. Стимулирует умственное развитие, память. А нам это надо?

О мясе

Если парное. Если светлое. Если – от молодого животного...

То, может быть – раз в неделю? Внучке 1,5 года. Пока давать мясное не собираемся.

По принципу – чем позже, тем лучше. Литературы о мясе и белке, и влияния «животной силы», и трупных ядах, и перенесении в мясо страха животного перед убоем – такой литературы достаточно. Изучив, примете решение сами.

О картофеле

Ну, допустим, луковицы... тьюлянов мы не едим. И клубни георгинов – тоже не едим.

Известно, что завезли картофель вначале из-за цветов. А потом, просто заставляли разводить, насаждали эту «культуру». Ну и – привыкли. Да, такое время было. Теперь – нет необходимости. Это – «неправильный» продукт. Это растение дает не корни, а клубни, которые являются, своего рода, разрастание стебля. Неправоммерно разросшийся стебель... Что приходит на ум? Что у нас в организме – неправоммерно разрастается? Вот то-то.

Топинамбур. Это – пожалуй-ста! Варьте, жарьте, трите. Да не снимайте кожуру-то. Помойте тщательно щеточкой.

И вообще с овощей и фруктов кожуру снимать – не стоит. Там столько полезного!

Да и мыть овощи, фрукты не желательно – есть специальные микроорганизмы, которые мы «тщательно» смываем, счищаем. А потом в аптеках их покупаем за большие деньги, чтобы восстановить флору кишечника...

МЕСТО СТАРОЙ ГРУШИ

(социально-педагогическое сочинение)

О яйце

Тут такая ситуация. Очень полезно... отварить яйца и пользоваться этим отваром! Чай, варить суп, кашу. Очень много легко усваиваемых микроэлементов! Я читала, что гномы (ну, маленькие такие!) так смеются над людьми – хорошее выливают! Спасибо, мол, им! Это относится и к отвару из овощей, кстати.

А вот сами яйца – чем позже... Ну, может быть раз в неделю четвертинку желтка растереть? Да и яйцо – только домашнее! А маленьким детям – и вообще, стоит подумать. Там, в яйце-то, половые гормоны. А нам это надо?

Чай, кофе, какао...

Нет. Это ведь напитки стимулирующие, возбуждающие, активизирующие. В древние времена – напитки подавали в центрах мистерий для... создания определенного состояния организма... Ну, и уж, никак не детям.

Вода

Разговор особый. Т. к. мы то состоим на 80% из воды – то вода нам нужна. Вот именно – вода. Если есть возможность – родниковая! Талая! Дождевая (в экологически чистом районе). Естественно, не кипяченая. Есть наблюдения, что если водопроводную отстоять, заморозить так, чтобы убрать ледяшку в центре, то тоже... можно пить...

А еще есть серьезные исследования о воздействии слова на воду. стакан с водой. Произнесли «Спасибо!» – по методике исследовали структуру. Увидели – красивейшие кристаллы, в виде снежинки. Произнесли слово «Дурак!». Структуры никакой не было, бесформенные разводы вместо структуры. Это объясняет, возможно, кое-что о живой и мертвой воде... Что же происходит с нами, когда мы сквернословим? А когда – благодарим!

Пасленовы. Тоже время прошло – не увлекаться.

Бобовые. Тяжелая белковая пища. Не увлекаться.

Орехи, семечки

Понемногу. Лучше в виде масел. Кедровое масло – очень ценное. Естественно, не ра-

финированные. В первой половине дня (как и любую белковую пищу).

Сахар. Не стоит.

Соль. Чем позже... И лучше малосоленое. Т. е. – и необходимая соль, и необходимый сахар в организм приходит естественным путем, через овощи, фрукты, злаки. Сладости – это сухофрукты. Цукаты из ягод, фруктов. Пастила. Компоты без сахара.

Позднее – мед и медопродукты: перга, забрус, маточное молочко (выздоровливающим), пчелиную обножку (при экзаменах, нагрузках), прополис (природный антибиотик).

Овощи

Предпочтительно те, что растут именно в этой местности.

Это, кстати, получается в саду – огороде. А еще есть мнение, что лучше понемногу, но почаще. Допустим, для нормальной работы селезенки (а это наиважнейший орган в нашем теле) желателно через каждые два часа – понемногу. Своеобразный массаж селезенки.

Как и что мы устроим для питания – зависит от нас. Помним – что пища, это **ЭНЕРГИЯ ДЛЯ ЖИЗНИ! Значит, она должна быть – живой.**

СТУПЕНЬ 4: от 5 лет до 7 лет

*** Если у младшей дочери зубки начали прорезаться в 5,5 лет, то эти ступеньки роста года по 2.

Итак, наша следующая ступенька роста – время адаптации

рику!) И так – несколько раз. А ребенок – флегматик будет стоять (!) в сторонке и созерцать. А почему падает – всегда вниз? А если бросить камень?.. Это же – будущий ученый. Он, возможно, открывает закон тяготения. Ему прыжки, падения – противопоказаны: сотрясение мозга будет.

И в питании. Если холерику необходим четкий ритм завтраков, обедов и ужинов, то флегматику всегда хочется что-то пожевать. И мама непременно приготовит ему с собой яблоко...

Как и в предыдущие ступеньки – очень важно ничему специально не учить, не заставлять, т. е. не проявлять свою волю! Поэтому что, конечно, ребенок лю-

КАШИ

День недели	Активная планета	Злак, кашка дня	Отвар из трав
воскресение	Солнце	пшеница, пшеничная	из листьев крапивы
понедельник	Луна	рис, рисовая	их хвоща (залить хол. вод. и кипят. 5 мин.)
вторник	Марс	ячмень, ячневая	из листьев вишни или дуба
среда	Меркурий	пшено, пшенная на молоке	из цветков ромашки (слабой)
четверг	Юпитер	рожь, ржаная	из соцветий одуванчика
пятница	Венера	овес, овсяная	из соцветий тысячелистника
суббота	Сатурн	кукуруза, кукурузная	из сушеных цветов бузины черной

Все отвары, кроме хвоща, готовятся так. Совсем немного – щепотка – сухой травы залить одним литром кипятка и настоять половину минуты (цветы) или минутку (листья). Пить можно весь день. Остатками – умыться, полить комнатные цветы.

И в то время, когда они растут. Можно пользоваться замороженными. Лучше – не тепличными. Лучше – варить.

Фрукты

Те, что растут в этой местности, в первую очередь. Затем те, в которых вы уверены, что там нет нитратов. Лучше есть сырыми. И – не салатами. А сам по себе фрукт. Когда будут зубки – то и пусть грызет.

Как вы отнесетесь к выражению «Есть можно все и все вместе. Важно где и с кем?»

Так вот, я полагаю, что важна сама трапеза. Как вы это устроите? Отдельно будете кормить ребенка и красиво все сервируете, и зажжете свечечку, и скажете молитву и добрые слова? После еды – поблагодарите за трапезу, приберете, помоете вместе посуду. Или сядете за стол вместе и проведете это время, как праздник общения? Или, в ваших традициях, вообще на еду как таковую не будет обращать внимания? Будете есть – ... как дышать? Там немного, там немного.

системы обмена веществ и двигательной системы. Что мы понимаем под этим. Система обмена веществ: пищевод, желудок, печень, тонкий и толстый кишечник, детородные органы, почки. Гормональная система. Двигательная система – преимущественно, это наши руки – ноги. Но и связки, сухожилия, мышцы... И это объединение оправдано, т. к. именно от нашего активного движения и зависит деятельность системы обмена веществ.

Главное – уже описанные нами семь условий.

ДОВЕРИЕ, ПОДРАЖАНИЕ, РИТМ ЖИЗНИ, РАДОСТЬ, ВОЛЯ, ПРИРОДОСООБРАЗНОСТЬ, ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ. И девиз: «Не навреди!»

Что важно? Особенное внимание – **ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ! и ПИТАНИЕ!**

Кроме этого, наметились уже и темпераменты. Холерику необходимо залезть на дерево, прыгнуть (или свалиться! – это холе-

бознатель. Если предлагают – да займутся дети... шахматами! А есть еще такие взрослые, педагоги «виртуозы», что все могут подать в форме игры, да сделать так, будто и ребенок этого хочет. И вот – шахматы... Безобидно? А если в это время развиваются... почки? И именно там не хватает энергии развития? Это ведь на всю жизнь – дисфункция. И лечи потом хроническое заболевание... годами... предприимчивый родитель!

Очень вредны – комиксы, мультки, раскраски, пазлы, конструкторы... Т. е. то, что имеет стабильную форму. Или то, что имеет гротескную форму... Осиние талии, глаза в пол-лица, мышцы буграми...

Вроде, безобидно – формочки из песка. А – зачем? Зачем этому учат взрослые детей?

Быть такими же? (этот импульс идет от формочек из песка...) А почечки-то? Ведь это идет сдавливание, «подгонка». На жизненном уровне.

МЕСТО СТАРОЙ ГРУШИ

(социально-педагогическое сочинение)

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 23-27

А вот текущие замки из песка – хорошо. Рисование по мокрому листу – хорошо. Лепка из воска – из целого куска – хорошо.

Очень хорошо – совместная деятельность. Листья собрать сухие, или вместе сделать посадки. Вместе поливать, строить, шить, писать письмо, пылесосить ковры, готовить обед, выносить мусор...

По-прежнему важно, чтобы у каждой вещи было свое место.

Путешествия. Разберемся – по принципу. А выводы – сами сделаете.

Принцип такой: куда сможет пойти ножками – это пространство, наиболее благоприятное для развития ребенка. С рождения до 2,5 лет – чаще всего это комнаты в квартире, участка, ближних мест: родник, речка.

С 2,5 до 5 лет – осваиваем микрорайон, ближайшие окрестности.

С 5 лет до 7 лет – нам по силам прогулка в парк. Для того чтобы пристроить скворечник. Пройти по руслу реки (и вернуться!). Путешествие на семейный пикник и назад.

Ночевка в палатках и прочие туристские развлечения пока не желательны. Из того же подхода – все должно быть на своих местах.

Помните, дорогие друзья, прежде чем что-то предпринять, отвечаем на вопрос: «ЗАЧЕМ?»

Зачем я беру 4,5 летнего ребенка в двухдневный поход? Не стоит прикрываться определениями, вроде – увидит, посмотрит, познакомится, отдохнет... Да всё просто: самим хочется, а оставить не с кем! Верно? А ведь у него формируется, допустим, сердечко. При походе – перерасход сил – налицо. За счет чего же?

Давайте будем в наших поступках подходить из знания о развитии ребенка и задавая вопрос: «Зачем?» – стараться решать его в интересах здоровья ребенка!

*** Моя средняя дочь, в интересах своей внучки, которой было 1 год и 2 месяца, отказалась от очень важной поездки. Хотя, всего-то – 4 часа электричкой, ночевка, день там, в другом (читай – чужом! для ребенка) месте и назад. Это – поступок!

Одежда ребенка

1. Ни тугой, ни очень большой одежда быть не должна. По размеру. Основная – те же; развитие внутренних органов: и стеснение – плохо, и расширение – не правомерно.

2. Цвет. Цвет – естественный. Лучше – пастельного тона. Лучше – без рисунков и абстрактных фигур. Причем: одевая холерика – в красное, сангвиника – в оранжевое, флегматика – в зеленое, а меланхолика – в синее, мы приносим ребенку не только радость. Мы, таким образом, уравновешиваем его основной темперамент.

3. Качество. Не искусственные материалы. Не синтетика. Хлопчатобумажные, хлопковые, трикотажные, шерстяные вещи. Полезно то, что связано мамой, бабушкой...

4. Головной убор не обязателен летом, если нет прямого солнца. Но – не желательно – прямое солнце! Тенечек.

Теплообмен у ребенка происходит по-другому, чем у взрослого: быстро перегревается, быстро охлаждается телце. Температурная регуляция только развивается.

То, что развивается в возрасте с 5 до 7 лет, проецируется в возраст с 14 до 16 лет. Мы можем определенно сказать о том, что, так называемый переходный возраст зависит от того, насколько энергия развития гормональной системы сохранена до 7 лет!

Поэтому, естественно, говорить о раннем интеллектуальном развитии в детском возрасте – несвоевременно. Да просто опасно это делать! Не зная, на что повлияет такое вмешательство, мы, хоть и по незнанию, закладываем в юность и взрослую жизнь хронические заболевания... Которые неизлечимы... просто медициной.

Кстати, как там, в уголовном кодексе: «Незнание закона не освобождает от ответственности?» А это уж точно! Переходный возраст добавил седых волос не одной семье...

О влиянии окружающих вещей

Мы выяснили, что ребенок от рождения до семи лет принимает мир через подражание. Выбрать для себя примеры он пока не может. Подражает всему подряд.

Значит, на его развитие оказывает влияние – ВСЁ!

Учитывая ПРИНЦИП ПРИРОДОСОБРАЗНОСТИ, мы смело можем погово-

рить об искусственных вещах и искусственном влиянии.

1. Компьютер – очень вредно! О вредном влиянии компьютеров есть и исследования, и наблюдения, и литература. Это вредно так же, как... выпить ребенку... стакан алкоголя! Вредно.

2. Телевизор, радио, магнитофон. То же самое. Ничего не заменит колыбельной матери, ее успокаивающего голоса, нежных поглаживаний. Ни один, с вашей стороны, интересный мультик, не может быть безвредным. Не говоря уж о рисованности, значит искусственности, через героев приходит энергия внешней агрессии. Но еще опаснее энергия внутренней, скрытой агрессии. Я не умолчу о потоках

ежедневного облучения, идущих от всех электроприборов. Их взаимопроникновении. Их огромном влиянии на человека. Замечено, что под линиями электропередач есть изменения в растениях, в почве. У людей, участки земли которых под постоянным «напряжением» (т. е. над ними проходит линия электропередач), – часто чувствуют недомогания, сердечные боли, головные боли. Как же подвержен все-таки этому столь чуткий, неокрепший организм ребенка?

3. «Тамагочи» и прочие компьютерные игры, которые заменяют мир естественный на мир искусственный. Огромное влияние на развивающийся душевный мир, жизненное тело! Забота и... псевдозабота! Уход за близким и... лжеуход! переживание и... псевдопереживание. Человек и... псевдочеловек! Как часто стала появляться литература о наблюдениях и исследованиях биороботов. Откуда это? Может из раннего детства.

ЗАВЕРШЕНИЕ

Завершаются основные годы учебы.

С рождения до лет семи – учиться быть здоровым;

с 7 лет до 14 – учиться быть добрым; с 14 лет до 20-21 года – учиться любить!

ЗДОРОВЫЙ, ДОБРЫЙ, ЛЮБЯЩИЙ человек – НАСЛЕДСТВО, которые мы, взрослые, можем обеспечить детям.

Продолжение следует...



Газета «Живая земля»

Редактор и учредитель У. С. Тужилина
 Авторы: С. Тужилин, Л. Тужилина, Л. Ермакова, С. Тужилина, И. Жерёбкин, Г. Райнина, М. Ефимова, О. Корчун, Л. Шамшур, В. Тюменцев, С. Фуникова, У. Тужилина
 Оформление Антонины Мухиной
 Адрес для писем: 664017 г. Иркутск, а/я 215
 E-mail: bdsib@land.ru
 Адрес в Интернете: <http://biodynamics-sib.narod.ru>
 Тираж 300 экз.

Отпечатано в типографии «Вектор».
 Адрес: г. Иркутск, ул. Степана Разина, 6 / ул. 5 Армии, 29. Тел.: 25 80 09.
 Цена свободная
 Телефон для связи по работе клуба «Гармония»: (3952) 59 96 61
 Газета зарегистрирована в Восточно-Сибирском межрегиональном территориальном управлении Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
 Свидетельство ПИ №13-0569 от 17 декабря 2003 г.
 Перепечатка материалов разрешается со ссылкой на газету «Живая земля».